

# Trabajo Fin de Grado

Factores determinantes para la práctica  
deportiva en los jóvenes.  
Comparativa España vs Rumanía.

Autor

Ricardo Bertomeu Félez

Directora

Ana Garrido Rubio

Facultad de Economía y Empresa  
2020

**Autor:** Ricardo Bertomeu Félez      **Director:** Ana Garrido Rubio

**Título:** Factores determinantes para la práctica deportiva en los jóvenes. Comparativa España vs Rumanía

Determining factors for the practice of sports in young people. Comparison between Spain and Romania

**Grado:** Marketing e Investigación de Mercados

## **RESUMEN**

El presente Trabajo Fin de Grado se basa en realizar un estudio de los factores que determinan la práctica deportiva en los jóvenes, llevando a cabo un análisis de como estos factores varían en función de si el individuo es rumano o español.

El deporte es un concepto global que va ligado a la cultura de una población, prácticamente, desde que la humanidad se organiza en civilizaciones. Resulta interesante estudiar como el cambio sufrido por la población ha influenciado la práctica del deporte y viceversa, como el deporte influye en el comportamiento de los individuos dentro de una sociedad.

Así, durante la realización de este estudio, se han podido descubrir hechos interesantes sobre la práctica deportiva, como las diferentes formas en las que los factores sociodemográficos que caracterizan una determinada población influyen en los hábitos deportivos o cuáles son los deportes que más practican los jóvenes dependiendo de su nacionalidad.

## **ABSTRACT**

This Thesis is based on a study of the factors that determine the practice of sports in young people, carrying out an analysis of how these factors vary depending on whether the individual is Romanian or Spanish.

Sport is a global concept that is linked to the culture of a population, practically, since humanity is organized in civilizations. It is interesting to study how the change suffered by a population has influenced the practice of sport and vice versa, how sport influences the behavior of individuals within a society.

Thus, during the realization of this study, it has been possible to discover interesting facts about the practice of sports, such as the different ways in which sociodemographic factors, that characterize a certain population, influence sports habits or which are the sports most practiced by young people depending on their nationality.

## ÍNDICE

### CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

1.1.	Presentación del tema.....	1
1.2.	Objetivos .....	2
1.3.	Trascendencia.....	2
1.4.	Estructura del trabajo.....	3

### CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

2.1.	Actividad física, ejercicio y deporte.....	4
2.2.	Factores determinantes para la práctica deportiva.....	4
2.2.1.	Factores demográficos y biológicos.....	6
2.2.2.	Factores psicológicos, cognitivos y emocionales.....	6
2.2.3.	Factores sociales y culturales .....	7
2.2.4.	Factores ambientales .....	8

### CAPÍTULO III. CONTEXTUALIZACIÓN

3.1.	Deporte como cultura.....	9
3.2.	Política deportiva.....	10
3.3.	Efectos de la cultura en la práctica deportiva.....	12
3.3.1.	La práctica deportiva en España.....	12
3.3.2.	La práctica deportiva en Rumanía.....	15

### CAPÍTULO IV. TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

4.1.	Metodología .....	16
4.1.1.	Universo y muestra del estudio.....	16
4.1.2.	Instrumento de recogida de información.....	16
4.2.	Resultados .....	20
4.2.1.	Hábitos en la práctica deportiva.....	20
4.2.2.	Barreras para la práctica deportiva.....	24
4.2.3.	Preferencias en la práctica deportiva .....	27
4.2.4.	Motivaciones para la práctica deportiva.....	32
4.2.5.	Deporte y cultura.....	34

### CAPÍTULO V. CONCLUSIONES

5.1.	Conclusiones .....	36
5.2.	Limitaciones y futuras líneas de investigación.....	38

BIBLIOGRAFÍA.....	40
-------------------	----

## **ÍNDICE DE ANEXOS**

ANEXO I: CUESTIONARIO.....	44
ANEXO II: RESULTADOS HÁBITOS PRÁCTICA DEPORTIVA.....	53
ANEXO III: RESULTADOS BARRERAS PRÁCTICA DEPORTIVA.....	57
ANEXO IV: RESULTADOS PREFERENCIAS PRÁCTICA DEPORTIVA.....	84
ANEXO V: RESULTADOS MOTIVACIONES PRÁCTICA DEPORTIVA.....	113
ANEXO VI: RESULTADOS DEPORTE Y CULTURA.....	118

## **ÍNDICE DE GRÁFICOS**

Gráfico 1. ¿Consideras que la actividad física es necesaria para llevar un estilo de.....	29
Gráfico 2. ¿Cuántas veces por semana practicas deporte? .....	29
Gráfico 3. Frecuencia en la práctica deportiva según clase socio-económica.....	30
Gráfico 4. Frecuencia en la práctica deportiva según nacionalidad .....	31
Gráfico 5. ¿Crees que la cantidad de deporte que practicas es suficiente para .....	31
Gráfico 6. ¿Te gustaría practicar más deporte? .....	32
Gráfico 7. Motivos por los que los jóvenes no hacen tanto deporte como les gustaría....	33
Gráfico 8. ¿Te gusta hacer deporte? .....	35
Gráfico 9. Por qué tipo de deportes sientes preferencia .....	36
Gráfico 10. Preferencia lugar donde hacer deporte según género .....	36
Gráfico 11. Preferencia lugar donde hacer deporte según ingresos .....	36
Gráfico 12. Preferencia deportes individuales o colectivos .....	37
Gráfico 13. Preferencia deportes individuales o colectivos según género .....	37
Gráfico 14. Preferencia deporte por entretenimiento .....	37
Gráfico 15. Deportes más practicados por los jóvenes.....	38
Gráfico 17. Actitud media en las motivaciones para hacer deporte .....	41
Gráfico 18. Valoración media aspectos culturales del deporte .....	42
Gráfico 19. Valoración media al enunciado “considero que el deporte debe ser un eje central en la política de un país” según la situación laboral.....	43

## **ÍNDICE DE ILUSTRACIONES**

Ilustración 1. Caracterización según género.....	27
Ilustración 2. Caracterización según nivel de estudios.....	27
Ilustración 3. Caracterización según situación personal.....	27
Ilustración 4. Caracterización según situación laboral .....	28
Ilustración 5. Caracterización según nivel de ingresos.....	28
Ilustración 6. Caracterización por nacionalidad .....	28

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Correlatos de la actividad física en adultos ( $\geq 18$ años).....	5
Tabla 2. Variables cualitativas en la práctica deportiva de la población española.....	12
Tabla 3. Porcentaje de población que practica cada deporte según la nacionalidad.....	32
Tabla 4. Dimensiones de las motivaciones para hacer deporte.....	33
Tabla II. 1. Frecuencia en la práctica deportiva según género .....	61
Tabla II. 2. Frecuencia en la práctica deportiva según nivel de estudios .....	61
Tabla II. 3. Frecuencia en la práctica deportiva según situación personal .....	62
Tabla II. 4. Frecuencia en la práctica deportiva según situación laboral.....	63
Tabla II. 5. Frecuencia en la práctica deportiva según clase socio-económica .....	63
Tabla II. 6. Frecuencia en la práctica deportiva según nacionalidad.....	64
Tabla III. 1- a. Relación entre exigencia de estudios/trabajo y género .....	65
Tabla III. 1- b. Relación entre exigencia de estudios/trabajo y nivel de estudios .....	65
Tabla III. 1- c. Relación entre exigencia de estudios/trabajo y situación personal .....	66
Tabla III. 1- d. Relación entre exigencia de estudios/trabajo y situación laboral.....	66
Tabla III. 1-d'. Relación entre exigencia de estudios/trabajo y situación laboral (recod).....	59
Tabla III. 1-d". Relación entre exigencia de estudios/trabajo y situación laboral (recod').....	60
Tabla III. 1- e. Relación entre exigencia de estudios/trabajo y clase socio-económica ..	68
Tabla III. 1- f. Relación entre exigencia de estudios/trabajo y nacionalidad .....	69
Tabla III. 2- a. Relación entre falta de tiempo y género.....	69
Tabla III. 2- b. Relación entre falta de tiempo y nivel de estudios.....	70
Tabla III. 2- c. Relación entre falta de tiempo y situación personal.....	71
Tabla III. 2- d. Relación entre falta de tiempo y situación laboral .....	71
Tabla III. 2- e. Relación entre falta de tiempo y clase socio-económica.....	72
Tabla III. 2- f. Relación entre falta de tiempo y nacionalidad.....	72
Tabla III. 3- a. Relación entre falta de instalaciones y género .....	73
Tabla III. 3- b. Relación entre falta de instalaciones y nivel de estudios .....	73
Tabla III. 3- c. Relación entre falta de instalaciones y situación personal .....	74
Tabla III. 3- d. Relación entre falta de instalaciones y situación laboral .....	74
Tabla III. 3- e. Relación entre falta de instalaciones y clase socio-económica .....	75
Tabla III. 3- f. Relación entre falta de instalaciones y nacionalidad .....	75
Tabla III. 4-a. Relación entre problemas económicos y género .....	76
Tabla III. 4-b. Relación entre problemas económicos y nivel de estudios.....	77
Tabla III. 4-c. Relación entre problemas económicos y situación personal.....	77

Tabla III. 4-d. Relación entre problemas económicos y situación laboral .....	78
Tabla III. 4-e. Relación entre problemas económicos y clase socio-económica.....	78
Tabla III. 4-f. Relación entre problemas económicos y nacionalidad .....	79
Tabla III. 5-a. Relación entre falta de interés y género .....	79
Tabla III. 5-b. Relación entre falta de interés y nivel de estudios .....	80
Tabla III. 5-c. Relación entre falta de interés y situación personal .....	81
Tabla III. 5-d. Relación entre falta de interés y situación laboral .....	81
Tabla III. 5-e. Relación entre falta de interés y clase socio-económica .....	82
Tabla III. 5-f. Relación entre falta de interés y nacionalidad .....	83
Tabla III. 6-a. Relación entre incompatibilidad horaria y género .....	84
Tabla III. 6-b. Relación entre incompatibilidad horaria y nivel de estudios .....	84
Tabla III. 6-c. Relación entre incompatibilidad horaria y situación personal .....	85
Tabla III. 6-d. Relación entre incompatibilidad horaria y situación laboral.....	85
Tabla III. 6-d'. Relación entre incompatibilidad horaria y situación laboral (recod).....	85
Tabla III. 6-d". Relación entre incompatibilidad horaria y situación laboral (recod')....	85
Tabla III. 6-e. Relación entre incompatibilidad horaria y clase socio-económica .....	87
Tabla III. 6-f. Relación entre incompatibilidad horaria y nacionalidad .....	88
Tabla III. 7-a. Relación entre restricción de la movilidad y género .....	88
Tabla III. 7-b. Relación entre restricción de la movilidad y nivel de estudios.....	89
Tabla III. 7-c. Relación entre restricción de la movilidad y situación personal .....	90
Tabla III. 7-d. Relación entre restricción de la movilidad y situación laboral .....	90
Tabla III. 7-e. Relación entre restricción de la movilidad y clase socio-económica.....	91
Tabla III. 7-f. Relación entre restricción de la movilidad y nacionalidad .....	91
Tabla IV. 1-a. Preferencia lugar práctica deportiva según género .....	92
Tabla IV. 1-b. Preferencia lugar práctica deportiva según nivel de estudios .....	92
Tabla IV. 1-c. Preferencia lugar práctica deportiva según situación personal .....	93
Tabla IV. 1-d. Preferencia lugar práctica deportiva según situación laboral .....	93
Tabla IV. 1-e. Preferencia lugar práctica deportiva según nivel de ingresos .....	94
Tabla IV. 1-f. Preferencia lugar práctica deportiva según nacionalidad .....	94
Tabla IV. 2-a. Preferencia deportes individuales o colectivos según género.....	95
Tabla IV. 2-b. Preferencia deportes individuales o colectivos según nivel de estudios..	96
Tabla IV. 2-c. Preferencia deportes individuales o colectivos según situación personal	96
Tabla IV. 2-d. Preferencia deportes individuales o colectivos según situación laboral ..	97
Tabla IV. 2-e. Preferencia deportes individuales o colectivos según clase socio-económica.....	97

Tabla IV. 2-f. Preferencia deportes individuales o colectivos según nacionalidad.....	98
Tabla IV. 3-a. Practica gimnasia según género .....	99
Tabla IV. 3-b. Practica gimnasia según nivel de estudios .....	99
Tabla IV. 3-c. Practica gimnasia según situación personal .....	100
Tabla IV. 3-d. Practica gimnasia según situación laboral .....	100
Tabla IV. 3-e. Practica gimnasia según clase socio-económica .....	101
Tabla IV. 3-f. Practica gimnasia según nacionalidad .....	101
Tabla IV. 4-a. Practica natación según género .....	102
Tabla IV. 4-b. Practica natación según nivel de estudios .....	103
Tabla IV. 4-c. Practica natación según situación personal .....	103
Tabla IV. 4-d. Practica natación según situación laboral .....	104
Tabla IV. 4-e. Practica natación según nivel de ingresos .....	104
Tabla IV. 4-e'. Practica natación según nivel de ingresos (recod) .....	1047
Tabla IV. 4-f. Practica natación según nacionalidad .....	105
Tabla IV. 5-a. Practica deportes artísticos según género.....	106
Tabla IV. 5-b. Practica deportes artísticos según nivel de estudios .....	106
Tabla IV. 5-c. Practica deportes artísticos según situación personal.....	107
Tabla IV. 5-d. Practica deportes artísticos según situación laboral.....	107
Tabla IV. 5-e. Practica deportes artísticos según clase socio-económica .....	108
Tabla IV. 5-f. Practica deportes artísticos según nacionalidad.....	108
Tabla IV. 6- a. Practica fútbol según género .....	109
Tabla IV. 6-b. Practica fútbol según nivel de estudios .....	110
Tabla IV. 6-c. Practica fútbol según situación personal .....	110
Tabla IV. 6-d. Practica fútbol según situación laboral .....	111
Tabla IV. 6-e. Practica fútbol según clase socio-económica .....	111
Tabla IV. 6-f. Practica fútbol según nacionalidad .....	112
Tabla IV. 7-a. Practica atletismo según género .....	112
Tabla IV. 7-b. Practica atletismo según nivel de estudios .....	113
Tabla IV. 7-b'. Practica atletismo según nivel de estudios (recod) .....	113
Tabla IV. 7-c. Practica atletismo según situación personal .....	114
Tabla IV. 7- d. Practica atletismo según situación laboral .....	115
Tabla IV. 7-e. Practica atletismo según nivel de ingresos .....	115
Tabla IV. 7-f. Practica atletismo según nacionalidad .....	116
Tabla IV. 8-a. Practica deportes de aventura según género.....	116
Tabla IV. 8-b. Practica deportes de aventura según nivel de estudios .....	117

Tabla IV. 8-c. Practica deportes de aventura según situación personal .....	117
Tabla IV. 8-d. Practica deportes de aventura según situación laboral.....	118
Tabla IV. 8-d'. Practica deportes de aventura según situación laboral (recod').....	118
Tabla IV. 8-d''. Practica deportes de aventura según situación laboral (recod'') .....	1181
Tabla IV. 8-e. Practica deportes de aventura según clase socio-económica .....	119
Tabla IV. 8-f. Practica deportes de aventura según nacionalidad .....	120
Tabla V. 1. Análisis de los factores según género.....	124
Tabla V. 2. Análisis de los factores según nivel de estudios.....	124
Tabla V. 3. Análisis de los factores según situación personal.....	124
Tabla V. 4. Análisis de los factores según situación laboral .....	125
Tabla V. 5. Análisis de los factores según clase socio-económica.....	125
Tabla V. 6. Análisis de los factores según nacionalidad .....	125
Tabla VI. 1. Análisis de los factores según género .....	126
Tabla VI. 2. Análisis de los factores según nivel de estudios .....	127
Tabla VI. 3. Análisis de los factores según situación personal .....	128
Tabla VI. 4. Análisis de los factores según situación laboral.....	129
Tabla VI. 5. Análisis de los factores según nivel de ingresos .....	131
Tabla VI. 6. Análisis de los factores según nacionalidad.....	132



## **CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN**

### **1.1 Presentación del tema**

Durante los últimos años, el concepto de estilo de vida saludable ha ido adquiriendo mayor importancia entre la población, que ha asimilado que dicho estilo va unido al estado de salud y calidad de vida de la persona. Y es que, diferentes estudios demuestran que la participación en actividades físico-deportivas se asocia con diversos beneficios físicos, sociales y psicológicos, así como con una mejora de la salud y la calidad de vida (Castillo, Balaguer, & García-Merita, 2007); (Gray & Leyland, 2008); (Jiménez, Martínez, Miró, & Sánchez, 2008); (Orepic, Sorić, Mikulic, & Ruzic, 2014); (Ponce-de-León Elizondo & Sanz Arazuri, 2014); (Vagetti, y otros, 2014)<sup>1</sup>. La importancia de la actividad física queda patente al conocer que su ausencia (la inactividad física) constituye el cuarto factor de riesgo más importante de mortalidad en todo el mundo (6% de defunciones a nivel mundial). Sólo la superan la hipertensión (13%), el consumo de tabaco (9%) y el exceso de glucosa en la sangre (6%) (Organización Mundial de la Salud, 2010). Es por esto que la adquisición y consolidación de unos hábitos estrechamente relacionados con la actividad física, se presentan de vital importancia a la hora de moldear el estilo de vida de las personas.

La población joven afirma estar concienciada en este aspecto y reconoce estar preocupada por la salud, al mismo tiempo que señala al deporte (junto al cuidado de la alimentación) como uno de los hábitos más influyentes para llevar una vida saludable (Sierra Rodríguez, 2010). Este reconocimiento del deporte como factor determinante para llevar un estilo de vida favorable para la salud, unido a la creciente preocupación por el aspecto y la imagen personal, han hecho que se popularice la cultura saludable y la preocupación por una vida mejor (Sánchez Fernández, 2015). Pero, ¿de qué depende que una persona practique un deporte en lugar de otro? Existen diferentes factores que condicionan la práctica deportiva que serán analizados a lo largo de los siguientes capítulos, del mismo modo que también se estudiará cómo esos factores varían según las diferencias culturales entre países, realizando una comparativa entre unos países tan similares, y a la vez tan distintos, como España y Rumanía.

---

<sup>1</sup> Para llevar a cabo este trabajo, se han utilizado los estudios más recientes que se han encontrado referentes al tema objeto de estudio.

## **1.2 Objetivos**

Para responder a las cuestiones planteadas, se ha fijado como objetivo general de este trabajo el estudiar qué factores son los más determinantes para los jóvenes a la hora de practicar un determinado deporte, analizando cómo cambian dependiendo de si se tratan de jóvenes españoles o rumanos.

A partir de este, se plantean otros objetivos que nos permitan alcanzar la consecución del objetivo principal. Para ello, se ha profundizado en el tema objeto de estudio, desglosándolo en los siguientes objetivos específicos:

1. Analizar cómo dichos factores influyen en los hábitos referentes a la práctica deportiva entre los jóvenes. Así, resultará más sencillo comprender el resultado del objetivo principal del estudio.
2. Estudiar la predilección de los jóvenes por las diferentes actividades deportivas, analizando cómo estas varían en función del país de realización de las mismas. Esto permitirá hilar el objetivo anterior con el tema que será el eje central del análisis.
3. Indagar en la componente cultural del deporte y averiguar cómo esta trasciende en las motivaciones de los jóvenes para su práctica. De este modo, se logrará un conocimiento más profundo del tema que facilitará la comparación entre países.
4. Descubrir si existe una diferencia significativa en el pensamiento de la población objeto de estudio acerca de cómo el deporte influye en la cultura de un país, y viceversa, ahondando en la opinión de los entrevistados a través de las diferentes culturas deportivas. Así podremos llegar a conclusiones más reveladoras y valiosas.

## **1.3 Transcendencia**

La realización de este estudio procede de la motivación que generó en mi persona el ser beneficiario de una beca Erasmus que me permitió estudiar durante 10 meses en Iasi, Rumanía, y ser testigo de las diferencias culturales que existen entre las personas de ambos países y, en particular, las diferencias en lo que se refiere a la práctica deportiva.

Por tanto, el atractivo de este estudio reside en el potencial análisis que puede sustraerse a raíz de los resultados obtenidos. No solo permitirá averiguar los factores que impulsan a los jóvenes a realizar o no un determinado deporte (motivaciones, contradicciones entre lo que afirman pensar y lo que realmente llevan a la práctica, comportamientos...), sino que también ofrece una interesante comparativa entre dos culturas diferentes, la española

y la rumana. Esto ayudará a ahondar en otras cuestiones ricas en contenido como son el entendimiento de cómo las diferencias culturales afectan en la práctica deportiva, facilitando la comprensión del comportamiento de los jóvenes de estos dos países.

Dichos temas presentes en la realización de este estudio no se limitan al ámbito de la Investigación de Mercados, sino que también atañen las competencias de otras ramas abordadas a lo largo del grado de Marketing e Investigación de Mercados como la Sociología o el Comportamiento del Consumidor (entendiéndose por consumidor aquel que “consume” / “practica” deporte).

#### **1.4 Estructura del trabajo**

El presente trabajo se ha estructurado en cinco bloques diferentes. El anteriormente presentado como Capítulo I, es el primero de ellos y se corresponde con la “Introducción”. En él se ha realizado una presentación del tema de estudio, se han planteado los objetivos a alcanzar mediante el estudio, así como la estructura del trabajo y la trascendencia que se espera del mismo.

El apartado inmediatamente seguido, el Capítulo II, denominado “Marco teórico”, recoge las bases teóricas necesarias para la comprensión del tema de estudio y que servirán de apoyo para la investigación. En este capítulo se presentarán y analizarán los factores que determinan la práctica deportiva, describiendo cómo cada uno afecta de manera distinta a los jóvenes que realizan deporte.

El Capítulo III, recibe el nombre de “Contextualización”. En él se profundiza en la componente cultural del deporte y cómo ésta varía según el país de residencia de los jóvenes deportistas.

En el Capítulo IV se encuentra la parte principal del trabajo. Éste es, el capítulo de “Trabajo de investigación”. En él se explica la metodología llevada a cabo para la obtención de los datos necesarios para alcanzar los objetivos planteados. En este capítulo se recogen también los resultados obtenidos en la investigación.

Por último, el Capítulo V de “Conclusiones”, en el que se comienza por realizar un análisis de la consecución, o no, de los objetivos planteados al inicio del trabajo. Después, se presentarán una serie de recomendaciones a partir de los resultados y se comentarán las limitaciones sufridas a lo largo del trabajo de investigación. Se cerrará el trabajo con una serie de propuestas para la continuación del estudio o para su aplicación en el mundo académico y/o empresarial.

## CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

Tras introducir el tema que se va a tratar en este trabajo e identificar los objetivos que se van a perseguir, es momento de exponer las ideas y teorías que existen en relación a dicho tema, siendo estos los motivos que empujan a los jóvenes a la realización de actividad física, concretamente de actividades relacionadas con el deporte. Para dejar bien definido dicho tema, el presente capítulo se centrará en la definición de diferentes términos relacionados con la práctica deportiva, como son la *actividad física*, el *deporte* en sí y cuáles son los *principales determinantes de la actividad físico-deportiva*.

### 2.1. Actividad física, ejercicio y deporte

Se conoce como actividad física cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía (OMS, 2020). En este punto, parece pertinente aclarar la diferencia entre actividad física, ejercicio y deporte. La misma OMS define el ejercicio físico como “*una variedad de actividad física planificada, estructurada, repetitiva y realizada con un objetivo relacionado con la mejora o el mantenimiento de uno o más componentes de la aptitud física*”. Por su parte, la RAE define el deporte como “*la actividad física, ejercida como juego o competición, cuya práctica supone entrenamiento y sujeción a normas*”. Una vez aclarados estos conceptos, es momento de identificar los factores determinantes en la actividad deportiva.

### 2.2. Factores determinantes para la práctica deportiva

A través de diferentes estudios que muestran el patrón de hallazgos en la literatura de los correlatos de la actividad física (Bauman, Sallis, Dzewaltowski, & Owen, 2002), apoyados por investigaciones posteriores (Bauman, y otros, 2012) que incluían estudios publicados en inglés, español, portugués, francés y alemán, podemos clasificar los correlatos y determinantes de la actividad física en cuatro grupos: *demográficos y biológicos; psicológicos, cognitivos y emocionales; sociales y culturales; y ambientales*.

Si bien a continuación se presentarán y explicarán los cuatro grupos con sus respectivos determinantes para conseguir un mayor conocimiento y una visión más global del tema, dada la naturaleza y los objetivos del presente trabajo, y con el fin de que éste no sea excesivamente extenso, en la práctica solo se centrará la atención en los dos primeros grupos, recogidos en la *Tabla 1*:

Tabla 1. Correlatos de la actividad física en adultos (≥18 años)

<b>Determinante</b>	<b>Asociaciones con la actividad física general</b>
<b>Factores demográficos y biológicos</b>	
Edad	--
Ocupación (clase baja obrera)	-
Ausencia de hijos	+
Educación	++
Género (masculino)	++
Factores genéticos	++
Alto riesgo de padecer una enfermedad cardíaca	-
Ingresos / estatus socioeconómico	++
Historial de lesiones	+
Estatus marital	-
Sobrepeso/obesidad	00
Raza / etnia (blanca)	--
<b>Factores psicológicos, cognitivos y emocionales</b>	
Actitudes	0
Barreras hacia el ejercicio / contras	--
Control sobre el ejercicio	+
Disfrute del ejercicio	++
Beneficios esperados / expectativas de resultados / pros	++
Control percibido de la salud	0
Intención de hacer ejercicio	++
Conocimientos de salud y ejercicio	00
Falta de tiempo	-
Alteración del estado de ánimo	--
Creencias normativas	00
Salud o forma física percibida	++
Variables de personalidad	+
Mala imagen corporal	-
Salud psicológica	+
Autoeficacia	++
Automotivación	++
Autoesquemas para el ejercicio	++
Etapa de cambio	++
Estrés	0
Susceptibilidad a la enfermedad / gravedad de la enfermedad	00
Valor de los resultados del ejercicio	0
++, repetidamente documentada asociación positiva (directa) con actividad física; +, evidencia débil o mezclada de asociación positiva con actividad física; 00, repetidamente documentada ausencia de asociación con actividad física; 0, evidencia débil o mezclada de no asociación con actividad física; --, repetidamente documentada asociación negativa (inversa) con actividad física; -, evidencia débil o mezclada de asociación negativa con actividad física.	

Fuente: elaboración propia a partir de la tabla adaptada por Sallis y Owen (Bauman, Sallis, Dzewaltowski, & Owen, 2002)

### **2.2.1. Factores demográficos y biológicos**

Los determinantes (correlatos) sociodemográficos y biológicos de la actividad física se refieren al sexo, la edad, el lugar de residencia, el estatus socioeconómico y la pertenencia étnica, entre otros. Estos determinantes no son modificables o se refieren a aspectos colectivos de la sociedad (Piéron, 2014).

Estudios longitudinales referentes a la investigación de los determinantes de la actividad física (Koeneman, Verheijden, Chinapaw, & Hopman-Rock, 2011) revelan, tal y como se refleja en la *Tabla 1*, que existen ciertos factores que guardan una fuerte relación con la realización de actividad física, ya sea una relación inversa, como la edad (a mayor edad, menos actividad) o la etnia (las personas de una etnia diferente a la caucásica han mostrado un mayor predisposición por la práctica de actividades físicas), o directa, como la educación (cuanto mayor es el nivel de estudios, mayor es el nivel de deporte que se realiza), la presencia de factores genéticos (características fisiológicas heredadas que influyen en el rendimiento deportivo y que inducen una mayor práctica deportiva por parte de los sujetos) o el estatus socioeconómico (Bauman, y otros, 2012).

De manera más débil, también muestran mantener relación con la realización de actividad física la ocupación laboral, la existencia de riesgo de contraer una enfermedad cardiovascular, el estatus marital, el poseer un amplio historial de lesiones y la ausencia de hijos.

### **2.2.2. Factores psicológicos, cognitivos y emocionales**

Son varias las teorías y modelos psicológicos utilizados en la investigación en ciencias sociales y comportamentales relacionadas con la actividad física. Estas teorías persiguen objetivos que permiten: comprender mejor los comportamientos, desarrollar estrategias de intervención o, eventualmente, los dos (Piéron, 2014).

Analizando las diferentes teorías desarrolladas acerca de las motivaciones que impulsan a un individuo a realizar prácticas físico-deportivas (Harter, 1981); (Nicholls, 1984); (Deci & Ryan, 1985), se puede concluir que estas se aprenden y se mantienen según esquemas bastante complejos en los que se tienen en cuenta los refuerzos y los beneficios previstos.

Por esto, la motivación representa una llave para la participación, tanto para los jóvenes como para los adultos, en las actividades físicas y deportivas de tiempo libre. Diversos factores psicológicos, cognitivos y emocionales (*Tabla 1*), directamente en relación con

la motivación, presentan relaciones positivas con la participación, como son el placer por la realización del ejercicio, expectativas de beneficios, intención de hacer ejercicio, autoestima, automotivación, autoesquema para hacer ejercicio, nivel de cambio, la percepción de competencia, la salud psicológica o la orientación a la tarea.

Por el contrario, existen otra serie de aspectos que generalmente advierten relación negativa con una práctica regular. Se trata de limitaciones ante el ejercicio, la falta de tiempo y problemas de humor e imagen corporal débil.

### **2.2.3. Factores sociales y culturales**

La influencia social procede de fuentes tan diversas como la familia, otras personas de referencia para el sujeto, los que practican al mismo tiempo, el profesor y el instructor.

El apoyo social es uno de los determinantes sociales de las prácticas deportivas juveniles más destacados en la literatura científica, que incide en el apoyo de las personas significativas como uno de los factores procedentes del contexto con más influencia en las decisiones que las y los jóvenes adoptan sobre su participación deportiva; más concretamente, se resalta el papel de la familia y las amistades (Monteagudo, 2016).

El apoyo social actúa como refuerzo positivo que favorece la práctica deportiva a través de la motivación; preferentemente a través de su relación con el disfrute y con el deseo de continuar comprometido con la actividad (Gabriele, Walker, Gill, Harber, & Fisher, 2005).

La familia constituye el primer marco de referencia en la vida de las personas y el ámbito del deporte no es una excepción. Para algunos autores, la formación de actitudes y preferencias hacia el deporte, así como la consolidación del atractivo y el compromiso con la participación en este ámbito depende, en buena medida, del entorno familiar (Castillo & Sáenz-López, 2007); (Fernández, 2007). Así, los hijos de padres que conceden bastante o mucha importancia a este ámbito están más predispuestos a desarrollar conductas no sedentarias (Sanz, Ponce de León, & Valdemoros, 2012), mientras que la posibilidad de realizar actividad física se reduce considerablemente en hijos con un apoyo familiar escaso al ámbito deportivo (Hohepa, Scragg, Schofield, Kolt, & Schaaf, 2007).

Respecto al grupo de iguales, las amistades son un referente incuestionable en la vida deportiva de los jóvenes y los sujetos con quienes comparten gran parte de sus experiencias deportivas (Monteagudo, 2016). Algunos estudios demuestran que los jóvenes con estilos de ocio físicamente activos tienen también amigos que practican

deporte de forma habitual (Anderssen & Wold, 1992), lo cual confirma la incidencia de la práctica deportiva de las amistades en la participación deportiva juvenil y su utilidad para predecir el compromiso con la práctica deportiva (Ntoumanis, Vazou, & Duda, 2007).

#### **2.2.4. Factores ambientales**

El ambiente físico ha sido definido por varios autores como las características objetivas y percibidas del contexto físico en el cual los jóvenes pasan su tiempo (ej., hogar, vecindario, universidad), incluyendo aspectos del diseño urbano (ej., presencia y estructura de las aceras), densidad y velocidad del tráfico, distancia y diseño de lugares para la actividad física (ej., parques, pabellones deportivos), delincuencia, seguridad y condiciones climáticas (Davison & Lawson, 2006).

Una revisión de investigaciones relacionadas con la conexión entre los factores del entorno físico y la actividad física (Ding, Sallis, Kerr, Lee, & Rosenberg, 2011) mostró que los correlatos más sólidos para los jóvenes son la mezcla de uso del suelo y la densidad residencial. En cambio, solo dos de nueve revisiones identificaron aspectos de diseño del vecindario, como la capacidad de caminar (diseñado de forma que los residentes puedan caminar desde su casa a destinos cercanos) y la conectividad de la calle (patrón de calles en forma de cuadrícula), como correlatos de la actividad relacionada con el transporte (Van Stralen, De Bries, Mudde, Bolman, & Lechner, 2009). Otras revisiones relacionaron la actividad de ocio con el entorno del transporte (ej., pavimentación y seguridad de los cruces), las variables estéticas (ej., espacios verdes y atractivo) y la proximidad a las instalaciones y lugares de recreación (Bauman, y otros, 2012).



## CAPÍTULO III. CONTEXTUALIZACIÓN

Una vez identificados los correlatos que determinan la práctica deportiva, en el presente capítulo de *Contextualización* se analizará la relación que existe entre el deporte y la cultura, las diferentes formas en las que el deporte modifica la cultura de un país y las diferencias que existen en su práctica según el país en el que se realiza, centrando la atención en los países objeto de estudio: España y Rumanía.

### 3.1. Deporte como cultura

El deporte es un verdadero universo de creaciones humanas de naturaleza física, mental, moral, intelectual y estética, por lo que encuentra su lugar legítimo en todos los valores culturales universales (Dragnea, y otros, 2006). Por esto, ya los clásicos de la antropología (Levi-Strauss, 1958) consideraban el deporte como un elemento presente en todas y cada una de las culturas humanas, un universal cultural compartido por toda la especie humana, independientemente de su forma y desarrollo cultural (Levi-Strauss, 1958).

Como se mencionó en el apartado anterior, el deporte viene determinado, entre otros, por dos factores, uno social y otro educativo, que moldean el desarrollo humano a partir de la interacción corporal de individuos en un medio ambiente específico (Antonuccio, 2019). Es entonces cuando se habla de cultura deportiva.

El deporte en la época actual es una actividad generadora de relaciones sociales y está inseparablemente unido a la gestación de identidades colectivas y personales, al mismo tiempo que incorpora notables ventajas al beneficio del capital social creado con su práctica (Pérez Flores & Muñoz Sánchez, 2018).

Por su parte, mediante la actividad física el ser humano aprende unas pautas de comportamiento para crecer y aprender a vivir en la sociedad de una manera integral. Estas prácticas proporcionan al ser humano un interés por el conocimiento, actitud activa, positiva y crítica, que le permite integrarse de manera gradual, expresarse y vivir en comunidad (Paredes Ortiz, 2003). En el campo de los deportes, se crean modelos de comportamiento que apuntan a la superación personal, el juego limpio, el autocontrol y la estética del movimiento, hechos que lo convierten en un factor cultural multipropósito que atrae a un gran número de participantes e implícitamente a un gran número de espectadores que acuden a presenciar el evento deportivo o que lo ven con la ayuda de los medios de comunicación como la televisión, la radio, internet, periódicos, etc. (Ministerului Tineretului și Sportului, 2016).

Desde sus inicios, el deporte ha sido considerado un factor importante del desarrollo humano, a través del carácter formativo que se ha destacado y continúa profundizando a través del desarrollo de sus propias metodologías, la diversificación continua de medios específicos, el diseño y la gestión de esfuerzos y técnicas de evaluación que conducen al desarrollo de la capacidad de rendimiento (MTS, 2016).

De este modo, la cultura deportiva subsana las distancias entre individuos o grupos sociales, actuando como un vínculo de cambio social y reforzando la formación individual (Antonuccio, 2019). Desde las diferentes modalidades científicas sociales, el fenómeno deportivo ha sido tratado como una manifestación cultural, implantada en las sociedades y dirigida según sus propios modelos. Por ello, el deporte aparece indisolublemente ligado a la cultura (Verdejo, 2002).

### **3.2. Política deportiva**

Una vez aclarada la relación del deporte con la cultura, aparece la cuestión de, si el deporte es un elemento cultural universal, por qué la práctica deportiva cambia de un país a otro, por qué los países dan un trato diferente a la manera de fomentar y financiar el deporte, por qué la popularidad de un deporte varía dependiendo de si este se practica en un país o en otro. Es aquí donde cobran importancia las políticas deportivas que los países optan por aplicar.

La rapidez del desarrollo del deporte y la actividad física se ha convertido en uno de los elementos más característicos de la sociedad, en la medida en que éstos se transforman en objeto de atención de los poderes públicos sometándose a la acción política (Cornejo, Mellado, & Melgarejo, 2000). El deporte moderno está estructurado hoy como una red global de interdependencias, marcada por flujos continuos y relaciones de poder desiguales. En este sentido, la globalización tiene efectos políticos, económicos, culturales y sociales, y la política interna de las naciones se integra en una red supranacional. A continuación, se presentan los principales factores que influyen en la política deportiva nacional (MTS, 2016).

- Factor político: En general, la situación política existente, la forma en que se concentra o distribuye el poder político, así como la ideología de los gobernantes en un momento dado, son factores que pueden influir en cualquier estructura de la administración pública.

Ambos países, tanto España como Rumanía, establecen su estrategia de desarrollo del

deporte en un contexto europeo. Tanto el *Libro Blanco del Deporte* elaborado por la Comisión Europea en 2007, como la comunicación de 2011, “Desarrollo de la dimensión europea en el deporte”, de la misma Comisión (Comisión Europea, 2011), destacan cuatro grandes ámbitos en los que la agenda europea para el deporte debe centrar su atención: la función social del deporte, su dimensión económica, su organización, y la cooperación con terceros países y organizaciones internacionales (García, 2019).

- Factores socioculturales: Los factores socioculturales que influyen en el desarrollo del deporte incluyen la estructura de clases del sistema social, el entorno cultural en el que opera la organización deportiva, las tendencias en los gustos de los consumidores deportivos y especialmente la tradición en la práctica de ciertos deportes. Se debe prestar especial atención a los problemas demográficos, las tasas de natalidad, la distribución del grupo de edad, los cambios en el estilo de vida, los problemas educativos y de conciencia pública relacionados con la salud y su relación con el deporte.
- Factor económico: El deporte es una empresa económica importante que puede aportar beneficios en otras áreas de la sociedad. La globalización ha provocado algunos cambios en la actitud de algunos gobiernos hacia el campo deportivo, que ya no se percibe como un mero consumidor de subsidios públicos, sino como un sector productivo de la industria y la economía nacional. El problema en algunos países europeos está relacionado con la orientación equilibrada de la financiación del deporte para todos y el deporte de rendimiento. Aunque el deporte de élite es el que puede generar ganancias para los posibles inversores, solo puede desarrollarse si hay una gran base de atletas talentosos para mejorar su potencial y ganar experiencia en los escalones más bajos. Como resultado, la inversión en deportes de rendimiento solo se puede garantizar después de crear la base de niños y jóvenes, una fuente potencial de valores.
- Factor tecnológico: El desarrollo del deporte, en todos sus subsistemas, ya no puede concebirse fuera del factor tecnológico. La evolución tecnológica ha generado el aumento de la eficiencia de los procesos de diseño, entrenamiento, monitoreo, evaluación del rendimiento motriz/deportivo, pudiendo estructurarse en varias direcciones, como en mejorar la salud y extender el período de ejercicio/deporte para todas las categorías de la población; aumentar la capacidad de rendimiento mediante

el uso de equipos, dispositivos e instalaciones, o para compensar la presencia de deficiencias/ discapacidades en deportes adaptados; aumentar la calidad del arbitraje mediante el uso de dispositivos que permitan un análisis más preciso de la evolución de los competidores; retransmisiones en medios de comunicación.

### 3.3. Efectos de la cultura en la práctica deportiva

Una vez situado el deporte en un contexto político, económico y cultural, resulta más sencillo elaborar un análisis de cómo las diferencias culturales afectan a la práctica deportiva de cada país. Para ello, se revisarán documentos facilitados por los diferentes organismos internacionales oficiales que permitan vislumbrar las características que la población de cada país presenta en lo referente al deporte.

#### 3.3.1. El deporte en España

La práctica deportiva en España ha crecido de manera muy significativa desde el año 1975 al año 2015, primer y último año con información estadística de carácter nacional. De este modo, si en el año 1975 únicamente el 22% de la población española reconocía practicar algún deporte, la práctica deportiva ha crecido un 143% en cuarenta años en España, hasta alcanzar el 53,5% de la población española (MECD, 2015).

Pero además del incremento de la práctica deportiva en términos cuantitativos, se han producido una serie de cambios cualitativos que conviene destacar (Lera López & Suárez Fernández, 2019), como son la frecuencia de la práctica deportiva, las infraestructuras deportivas, las diferencias en la práctica según edad y género, el tipo de deporte que realiza la población española y los motivos que aduce la gente para no hacer deporte.

*Tabla 2. Variables cualitativas en la práctica deportiva de la población española en 2015*

<b>FRECUENCIA DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA</b>	
(Valores en porcentaje)	
Diariamente (todos o casi todos los días) (*)	49
Al menos una vez a la semana (**)	38
Con menor frecuencia	13
<i>Notas: (*) Tres o más veces por semana. (**) Una o dos veces por semana.</i>	
<b>INFRAESTRUCTURAS DEPORTIVAS</b>	
(Valores en porcentaje) (*)	
Instalaciones públicas (**)	31
Espacios abiertos de uso libre	46
Clubes deportivos privados	12
Centros de enseñanza	16

Instalaciones privadas	23
Casa	19
Trabajo	2

*Notas:* (\*) Los valores representan el porcentaje de la población que afirma practicar deporte en dicho lugar y/o instalación, como un mismo individuo puede practicar en más de un lugar los porcentajes pueden superar el 100%. (\*\*) Incluye gimnasios públicos y otras instalaciones o clubs deportivos públicos

### FRECUENCIA SEGÚN EDAD

(En porcentaje de la población de cada colectivo)

15-24 años	83
25-34 años	73
35-44 años	65
45-54 años	53
55-64 años	44
65 y más	20

### FRECUENCIA SEGÚN GÉNERO

(Valores en porcentaje)

Hombre	54,7
Mujer	45,3

### DEPORTES MÁS PRACTICADOS

(Valores en porcentajes –al menos una vez al año–)

Gimnasia (*)	35
Ciclismo	21
Natación	20
Fútbol (**)	20
Senderismo, montañismo	17
Carrera a pie	16
Musculación, culturismo	11
Pádel	9
Tenis	8
Baloncesto	6

*Notas:* (\*) Incluye gimnasia, pilates, *spinning*, aeróbic, etc. (\*\*) Incluye fútbol 11 y 7 y fútbol sala

### MOTIVO POR EL CUAL SE HACE O NO SE HACE MÁS DEPORTE

	1º	2º
Por falta de instalaciones adecuadas cercanas	4,8	5,7
Por la edad	12,0	8,7
Por motivos de salud	12,2	11,8
Por motivos económicos	4,9	5,4
Por no tener con quien practicarlo	2,4	4,3
Por falta de tiempo	47,8	38,0
Por falta de interés	15,9	26,2

Fuente: elaboración propia a partir de Ferrando y Llopis (García Ferrando & Llopis Goig, 2011), Lera y Lizalde (Lera López & Lizalde-Gil, 2013) y MECD (Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, 2015).

A través del análisis de la *Tabla 2* se pueden extraer diferentes características del deporte en España. En primer lugar, la relacionada con la frecuencia de la práctica deportiva, muy asociada en la actualidad a un componente de salud y bienestar personal. Y es que, del conjunto de practicantes de deporte, el 87% de los mismos hace deporte al menos una vez a la semana, lo que implica una elevada frecuencia de práctica en España (Lera López & Suárez Fernández, 2019).

En relación a las infraestructuras deportivas, con el paso de los años se ha observado un incremento de esta en casa, asociado a un mayor equipamiento deportivo de los hogares, y en instalaciones deportivas privadas, asociado a un posible incremento de la oferta de las mismas (Lera López & Suárez Fernández, 2019), en detrimento de las instalaciones públicas y de los clubs deportivos privados (sin ánimo de lucro). Por otro lado, la *Tabla 2* refleja la importancia del uso de espacios abiertos.

Según la edad, la práctica deportiva en España ha crecido significativamente en los últimos treinta y cinco años en todos los segmentos de edad, especialmente en la población española de cuarenta y cinco años y más. Además, la *Tabla 2* muestra cómo la tasa de práctica deportiva decrece con la edad debido probablemente a las limitaciones físicas, biológicas y temporales (Lera López & Suárez Fernández, 2019).

Si analizamos las diferencias por género, los datos aportados por el MECD (2015) indican que dicha diferencia no ha hecho más que disminuir en el tiempo, mostrando como la brecha entre hombres y mujeres se reducía en más de un 15% en los últimos quince años.

Respecto a qué tipo de deporte realiza la población española, la *Tabla 2* muestra los diez deportes más practicados en nuestro país. Aparte de saber cuáles son los deportes más practicados por los españoles, resulta interesante mencionar la evolución que la práctica de estos deportes ha sufrido en los últimos años, en los que se aprecia una tendencia de crecimiento de la gimnasia, del ciclismo, de la carrera a pie y de la musculación y culturismo, junto con el pádel. Por el contrario, hay una evolución decreciente en natación, fútbol y baloncesto, a pesar de que los dos primeros deportes se mantienen en los primeros puestos de la clasificación (Lera López & Suárez Fernández, 2019).

Finalmente, la *Tabla 2* ofrece información sobre los motivos que aduce la gente para no hacer deporte o no hacer más deporte. Lo primero que se puede indicar es que la falta de tiempo es la principal justificación, seguido a gran distancia de la falta de interés o por edad o salud (dos motivos en general asociados entre sí). Se observa la baja importancia

dada a la falta de instalaciones deportivas adecuadas o la carencia de recursos económicos, en consonancia con la generalización de la práctica deportiva en nuestro país (Lera López & Suárez Fernández, 2019).

### **3.3.2. El deporte en Rumanía**

La práctica deportiva en Rumanía aumentó a lo largo de la década pasada con la ayuda de políticas liberales de fomento del deporte. Sustentada en los pilares del fútbol y los demás deportes históricamente considerados “típicos” en el país (gimnasia, atletismo, remo, piragüismo y lucha), la aparición de deportes emergentes como el balonmano y el rugby, y las nuevas ramas deportivas de tiempo libre (Péter, 2020), la población rumana se está volviendo, gradualmente, más activa físicamente. Sin embargo, el país todavía se identifica como uno de los países europeos en los que más porcentaje de la población es más propensa a nunca hacer ejercicio o practicar deporte. Según un informe de 2017, el 63% de la población rumana asegura nunca haber realizado deporte, ocupando el cuarto puesto de esta investigación llevada a cabo a nivel europeo (Comisión Europea, 2017).

Respecto a las infraestructuras deportivas, cabe destacar que el 60% de la población que practica deporte afirma indicar que suele practicarlo en casa, mientras que los espacios menos mencionados entre la población deportista rumana para realizar deporte son los clubes y centros deportivos, con un 4% y 3% respectivamente. No solo eso, sino que, además, Rumanía es uno de los países europeos que menos porcentaje de población (71%) asegura ser miembro de ningún club deportivo o de recreo para hacer deporte. Además, también es digno de mención que los espacios abiertos solo fueron mencionados por un 17% de la población rumana que practica deporte (Comisión Europea, 2017). Esta información contrasta con la correspondiente a la población española, que identificaba los espacios abiertos y las instalaciones deportivas (tanto públicas como privadas) como los lugares más utilizados para llevar a cabo la práctica deportiva.

En cuanto a los motivos que impulsan a la gente a realizar deporte, los más mencionados por la población rumana son los relacionados con la mejora de la salud y de la capacidad física, para relajarse y por entretenimiento. En lo que se refiere a las barreras hacia el deporte, los rumanos identifican la falta de tiempo y motivación/interés, y la ausencia de infraestructuras deportivas cerca del domicilio como los mayores impedimentos para la práctica deportiva (Comisión Europea, 2017).

## **CAPÍTULO IV. TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

Una vez establecidas las bases teóricas del trabajo, el presente capítulo tratará sobre la metodología utilizada durante la investigación que se llevó a cabo con el fin de recopilar la información necesaria para alcanzar los objetivos planteados al inicio del estudio.

### **4.1. Metodología**

#### **4.1.1. Universo y muestra del estudio**

El universo de estudio fueron todas las personas jóvenes, entre 18 y 24 años, residentes en España y/o Rumanía. El intervalo de edad viene determinado por lo que la ONU (RTVE.ES, 2019) considera que es una “persona joven”, esto es, *“aquellos ciudadanos con edades comprendidas entre los 10 y los 24 años”*. Se decidió delimitar la muestra por encima de los 18 años para evitar problemas derivados de la recogida de información de menores de edad. Según los diferentes institutos estadísticos de ambos países, la población española comprendida en dicho rango de edad es, a 1 de enero de 2020, de 3.303.298 personas (INE, 2020), constituido por un 51,37% de hombres y un 48,63% de mujeres. Por su parte, los ciudadanos rumanos que presentan estas características, a 1 de enero de 2019<sup>2</sup>, son 1.438.069 (INS, 2019), 50,81% hombres y 49,19% mujeres.

Respecto a las opciones de diseño del estudio, dados los recursos disponibles (Pimienta Lastra, 2000); (Sierra Bravo, 2006), se optó por utilizar un muestreo no probabilístico por cuotas. En lo que se refiere al tamaño de la muestra, se realizaron 200 encuestas (100 a españoles y 100 a rumanos) empleando una afijación proporcional del tamaño de las cuotas. Por tanto, debido a la repartición de la población de ambos países por género, el 50% del cuestionario se aplicó a mujeres (50 encuestas a mujeres españolas y 50 a mujeres rumanas) y el otro 50% del cuestionario se aplicó a hombres (50 encuestas a hombres españoles y 50 a hombres rumanos).

#### **4.1.2. Instrumento de recogida de información**

La información requerida para dar respuesta a los objetivos del presente trabajo fue recogida a través de un cuestionario online (ver *Anexo I*), distribuido a través de *Google Forms*, construido a partir de diferentes cuestionarios relacionados con la práctica físico-deportiva como del *Cuestionario Reducido de Utilidad Percibida de la Práctica de la Actividad Física y del Deporte (CRUP-PAFYD)* (Sánchez Buñuelos, Mendizábal, &

---

<sup>2</sup> El próximo comunicado de prensa sobre la población residente en Rumanía se emitirá en agosto de 2020, según el calendario de comunicados de prensa para 2020.



Velasco, 2000), del *Cuestionario de Motivaciones e Intereses hacia las Actividades Físico-Deportivas (MIAFD)* (Pavón, 2004) y de la *Encuesta de Hábitos Deportivos en España 2015* (MECD, 2015).

El cuestionario estuvo compuesto por 21 preguntas cerradas, y dos escalas: escala de motivos para la práctica deportiva (compuesta de 12 ítems) y escala de identificación del deporte como cultura (compuesta de 7 ítems).

En el presente trabajo se analizan las siguientes variables incluidas en los objetivos: nacionalidad, edad, percepción de la importancia y nivel de práctica de actividades físico-deportivas, motivos de práctica y no práctica de deporte, preferencias en la práctica deportiva y relación del deporte con la cultura.

Para filtrar a los encuestados por nacionalidad se optó por distribuir dos cuestionarios con el mismo contenido, pero en diferentes idiomas: uno en español para la población española, y otro en inglés para la rumana. Para la edad, al principio del cuestionario se planteó una pregunta de filtro de si el individuo tenía entre 18 y 24 años. Si contestaba que “Sí”, el encuestado pasaba a la siguiente sección y podía continuar con el cuestionario; si contestaba que “No”, pasaba directamente al final del cuestionario y se enviaba su respuesta.

Una vez el encuestado continuaba con el cuestionario, para estudiar la percepción que este tenía acerca de la importancia y relación que, tanto la actividad física como el deporte, tenían con el concepto y hábito de una vida saludable, se evaluó a través de seis preguntas cerradas en las que, además de los aspectos comentados anteriormente acerca de la relación que el individuo piensa que el deporte y la actividad física tienen con llevar una vida saludable, también se evaluaron otros factores como la frecuencia de la práctica deportiva o si le gustaría practicar más deporte.

En este sentido, se volvió a aplicar un filtro, y aquellos que marcaron “Sí” a la pregunta “¿Te gustaría practicar más deporte?”, continuaron a la siguiente cuestión que servía para evaluar los motivos que influyen en la decisión de abandonar la práctica deportiva. Para ello, se plantearon los motivos utilizados en el *Cuestionario de Motivaciones e Intereses hacia las Actividades Físico-Deportivas (MIAFD)* (Pavón, 2004), que consta de 16 ítems, de los cuales los participantes tenían que elegir los tres que, a su parecer, eran los más relevantes para la no participación en actividades físico-deportivas y ordenarlos de mayor a menos importancia, siendo “1º”, “la razón más importante”; “2º”, “la segunda más

importante”; y “3º”, “la menos importante de las tres”.

Seguidamente se analizaron las preferencias en la práctica deportiva, preguntando a los encuestados acerca de su predilección por deportes “Individuales” o “Colectivos”, “De interior” o “De exterior” y si los practican “Por entretenimiento” o “Por competición”. Además, se les presentó un listado con los deportes más practicado y se les pidió que señalaran aquellos que practicasen (tanto en la actualidad como alguna vez en su vida) de forma regular, para así analizar la predilección de los jóvenes por las diferentes actividades deportivas, tal como se fijó en los objetivos.

Para la evaluación de las motivaciones de los encuestados para realizar deporte, se realizó una revisión de las escalas más relevantes y utilizadas en la literatura. Se analizó la *Escala reducida sobre las creencias de utilidad de la práctica de actividad física y deporte (ERCU-PAFYD)* utilizada en *Diseño y validación de una escala para la medición de la utilidad percibida de la práctica del deporte* (Sánchez Buñuelos, Mendizábal, & Velasco, 2000), compuesta por 12 ítems agrupados en 4 factores: socialización y relación con otros (6 ítems), sensación de bienestar y consecución de metas (5 ítems), forma física y salud (3 ítems) y evasión y liberación de tensiones (3 ítems) con una escala Tipo Likert de 11 puntos, donde 0 es “totalmente en desacuerdo” y 10 “totalmente de acuerdo”.

En relación a los factores demográficos, se analizaron variables relacionadas con el género, el nivel de estudios, la situación personal, la situación laboral y los ingresos mensuales (netos) de la unidad familiar, tal y como aparecen en la *Encuesta de Hábitos Deportivos en España 2015* (MECD, 2015).

Una vez explicada la metodología y el instrumento de recogida de información utilizados, a continuación, se presenta una ficha técnica que resume todos estos datos, junto con una caracterización de la muestra objeto de la investigación:

### **Ficha técnica**

Ámbito: España y Rumanía.

Universo: Población española y rumana de entre 18 y 24 años de edad.

Tamaño de la muestra: 200 encuestas

Tipo de muestreo: No probabilístico por cuotas según sexo y nacionalidad. El número de encuestas se distribuye de forma proporcional a la población de la siguiente manera:

	Hombre	Mujer
Española	50	50
Rumana	50	50

Tipo de encuesta: cuestionario online, distribuido a través de *Google Forms*, de unos 5-10 minutos de duración.

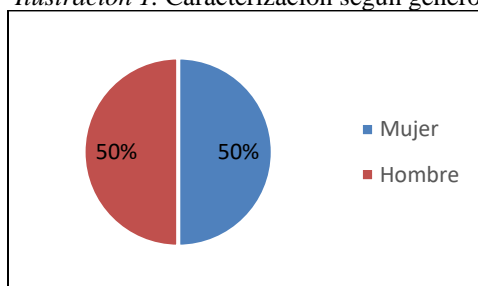
Fecha del trabajo de campo: Entre el 5 y el 27 de Agosto de 2020

Cuestionario: 21 preguntas (ver *Anexo I*).

### **Caracterización de la muestra**

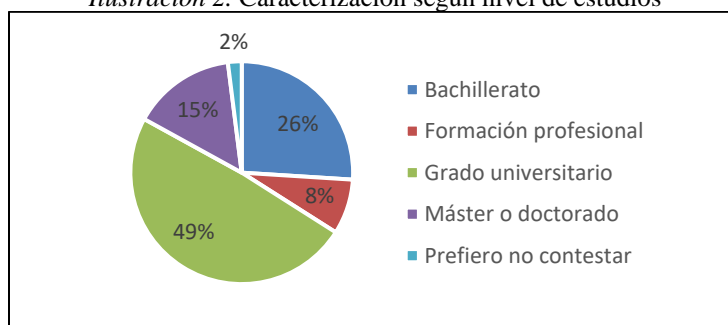
Género: La muestra presenta el mismo número de hombres (100) que de mujeres (100).

*Ilustración 1. Caracterización según género*



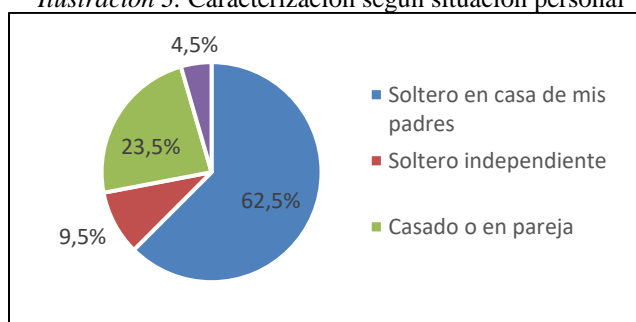
Nivel de estudios (últimos finalizados): Casi la mitad de la muestra pertenece al grupo de individuos con formación universitaria. El grupo con menos representación es el de formación profesional (sin contar los de educación primaria, secundaria y sin estudios que no fueron mencionados ninguna vez).

*Ilustración 2. Caracterización según nivel de estudios*



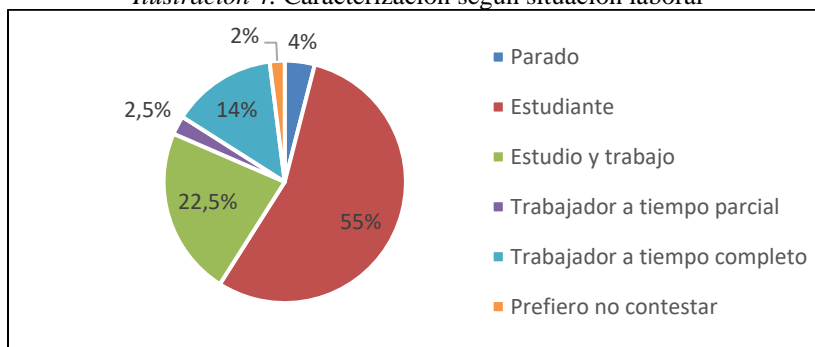
Situación personal: La situación más habitual es la de soltero en casa de los padres, mientras que la menos frecuente es la de soltero independiente.

*Ilustración 3. Caracterización según situación personal*



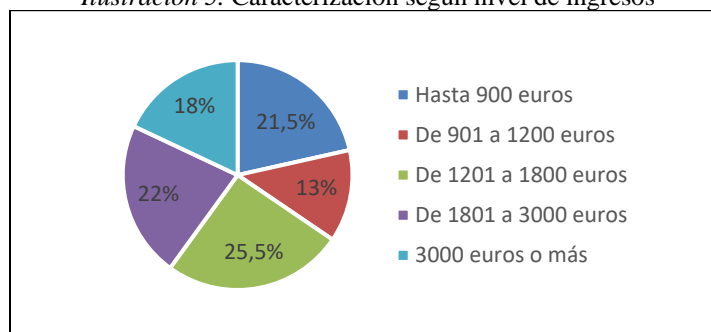
Situación laboral: La situación más frecuente entre los encuestados es la de estudiante, y la que menos es la de trabajador a tiempo parcial.

*Ilustración 4. Caracterización según situación laboral*



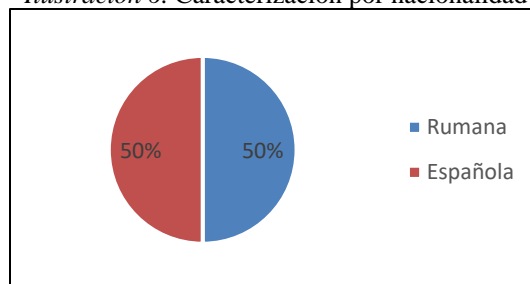
Nivel de ingresos mensuales (netos) en el hogar: Existe una repartición similar en los diferentes grupos económicos, siendo el más representativo el de individuos con un nivel de ingresos de entre 1201-1800€y el de entre 901-1200€el que menos.

*Ilustración 5. Caracterización según nivel de ingresos*



Nacionalidad: Mismo número de encuestados españoles (100) y rumanos (100).

*Ilustración 6. Caracterización por nacionalidad*



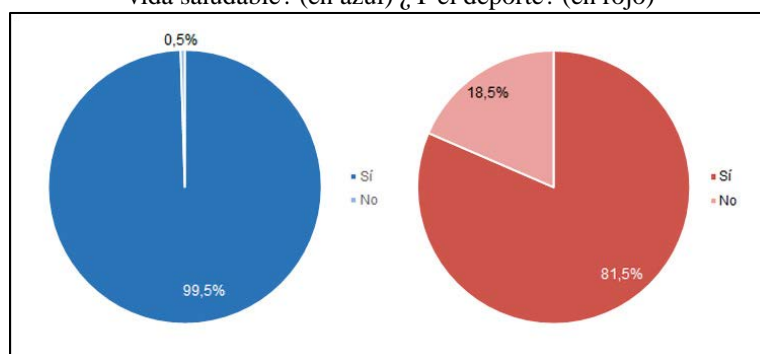
## 4.2. Resultados

### 4.2.1. Hábitos en la práctica deportiva

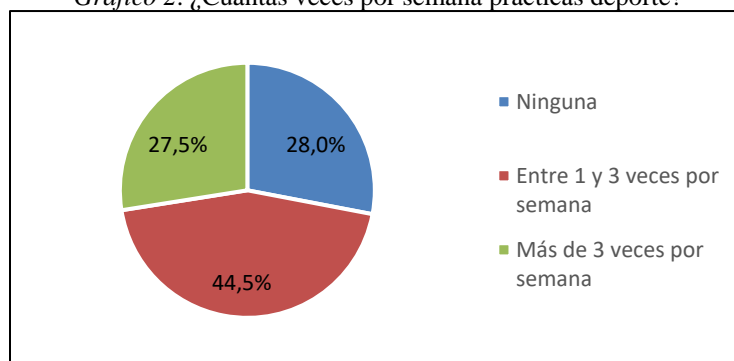
El primero de los objetivos planteados para la realización de este estudio era analizar los hábitos presentes en los jóvenes asociados a la práctica deportiva. Como ya se mencionó anteriormente en el trabajo, la juventud actual afirma estar concienciada y preocupada por seguir un estilo de vida que pueda considerarse saludable, y sitúan tanto a la actividad física como al deporte como uno de los elementos más importantes para conseguirlo. Así lo demuestran los resultados obtenidos, según los cuales prácticamente la totalidad de los jóvenes encuestados (99,5%) considera que la actividad necesaria es relevante a la hora

de llevar un estilo de vida saludable, a la vez que un 81,5% opina de igual manera acerca de la práctica deportiva (*Gráfico 1*). Esta información concuerda con los datos referentes a la frecuencia en la práctica deportiva de los jóvenes. En este sentido, un 28% de los encuestados afirmaron no practicar deporte ninguna vez a la semana, lo que implica un 72% de la población objeto de estudio que sí se mantiene activa físicamente. De este porcentaje, un 44,5% practica deporte entre 1-3 veces por semana y un 27,5% lo practica más de 3 veces por semana (*Gráfico 2*).

*Gráfico 1. ¿Consideras que la actividad física es necesaria para llevar un estilo de vida saludable? (en azul) ¿Y el deporte? (en rojo)*



*Gráfico 2. ¿Cuántas veces por semana practicas deporte?*

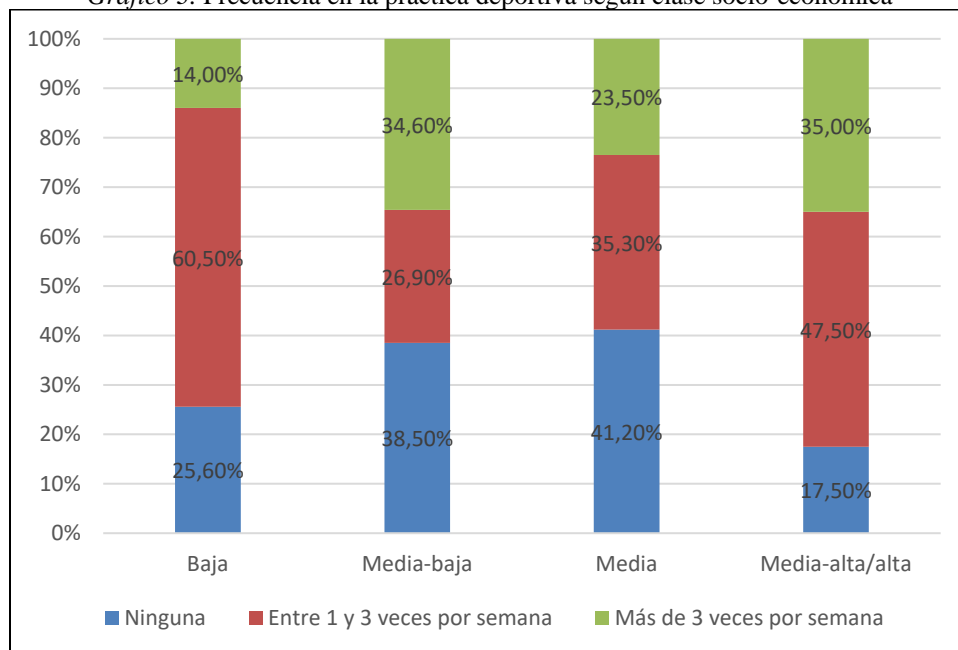


Puesto que otro de los objetivos que se marcaron para conseguir en la realización de este trabajo era descubrir si existe, o no, una componente cultural que influye en la práctica deportiva de los jóvenes, se realizó un análisis conjunto de estos datos junto con otros factores como el género, el nivel de estudios, la situación personal y laboral, los ingresos y la nacionalidad, diferenciando entre española y rumana. Los resultados de este análisis indicaron que el número de veces que los individuos realizaban deporte por semana no guardaba relación con el género, situación laboral ni personal del individuo, ni nivel académico, pero si la guardaba con el nivel de ingresos y la nacionalidad (ver *Tabla II.1* hasta *Tabla II.6* en *Anexo II*).

Así, se procedió a realizar el análisis cruzado entre la frecuencia en la práctica deportiva y el nivel de ingresos en el hogar y la nacionalidad. En el primer caso, al ver que los

individuos pertenecientes a los grupos con mayor nivel de ingresos (“De 1801 a 3000 euros” y “3000 euros o más”) seguían un comportamiento similar y con el fin de añadir esa componente cultural al estudio, se decidió recodificar la variable “Ingresos” en la nueva variable “Clase”, de forma que se dividiera la población objeto de estudio en clases socio-económicas en función de sus ingresos. De este modo, los nuevos grupos se definieron como “Clase Baja” (individuos con ingresos de “Hasta 900 euros”), “Clase Media-Baja” (ingresos “De 900 a 1200 euros”), “Clase Media” (ingresos “De 1201 a 1800 euros”) y “Clase Media-Alta/Alta” (ingresos “De 1801 euros o más”).

Gráfico 3. Frecuencia en la práctica deportiva según clase socio-económica

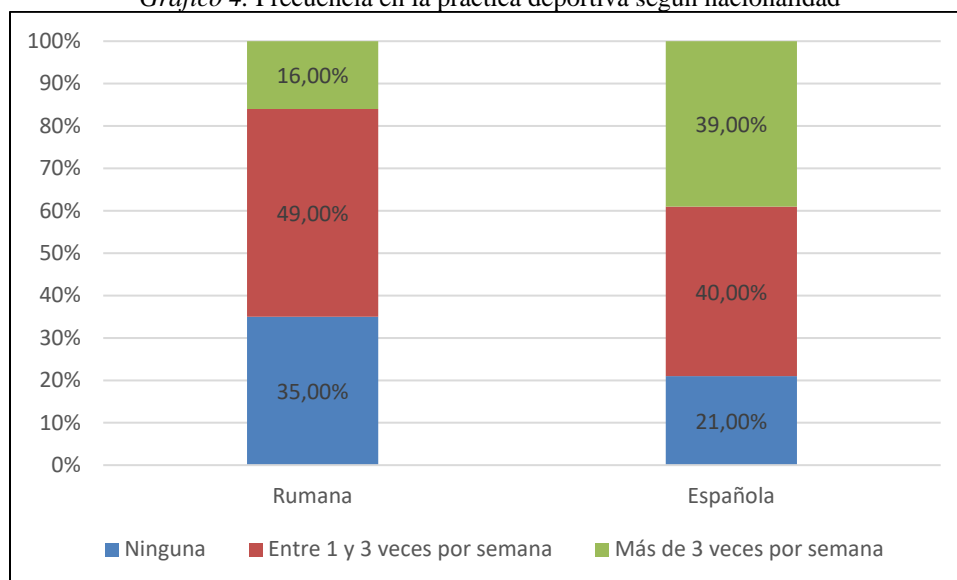


Analizando el *Gráfico 3*, se pueden extraer diferentes datos acerca de la frecuencia de la práctica deportiva según la clase social a la que se pertenece: la primera es que los individuos de la clase media son los que más afirman no practicar deporte ninguna vez a la semana, seguidos por la clase media-baja. Por el contrario, se aprecia como la clase media-alta/alta es la que más deporte practica, siendo la que más afirma practicar deporte más de 3 veces por semana y la que presenta un porcentaje más bajo de personas que reconocen no hacer deporte ninguna vez por semana. Por otro lado, la clase baja se mantiene en una posición equilibrada ya que, aunque es la clase que menos practica deporte más de 3 veces por semana, es también de las que menos porcentaje de población permanece inactiva, y es la que más practica entre 1-3 veces por semana.

Según la nacionalidad, el *Gráfico 4* revela que, en cómputo global, el porcentaje de jóvenes rumanos que no hacen deporte ninguna vez por semana es significativamente

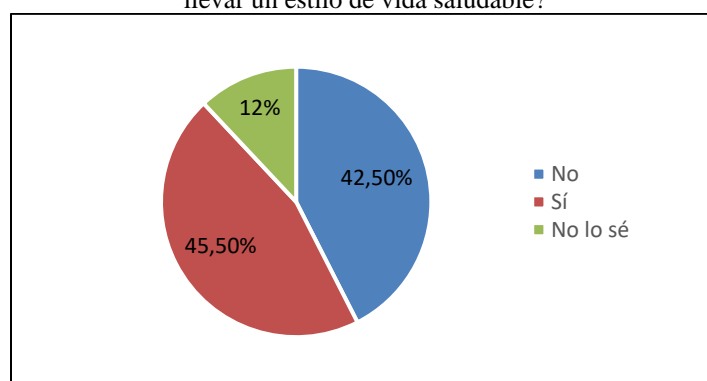
mayor que el de los jóvenes españoles y, diatralmente opuesto, el porcentaje de españoles que practican deporte más de 3 veces por semana es significativamente superior que el de los rumanos (ver *Tabla II.6*). Teniendo en cuenta que los porcentajes de individuos que practican deporte entre 1-3 veces por semana es similar en ambos casos, podemos concluir que los jóvenes españoles practican más deporte que los jóvenes rumanos.

*Gráfico 4. Frecuencia en la práctica deportiva según nacionalidad*



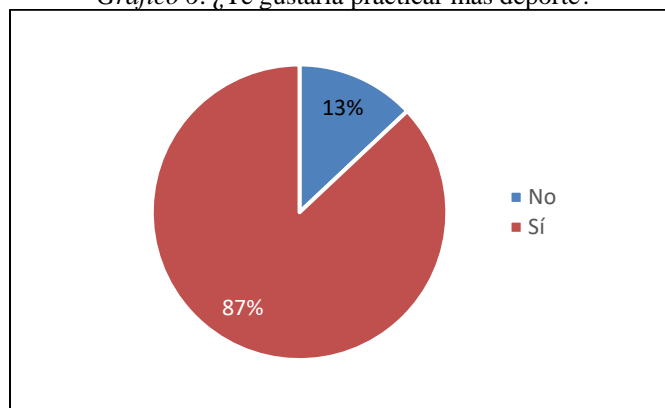
Al ser cuestionados por si creían que la cantidad de deporte que practicaban era suficiente para llevar un estilo de vida saludable, hubo una división de opinión muy igualada en la que un 42,5% de los encuestados consideraban que el deporte que realizaban no era suficiente, por un 45,5% que sí consideraban que lo era y un 12% que señalaron “No lo sé” (*Gráfico 5*).

*Gráfico 5. ¿Crees que la cantidad de deporte que practicas es suficiente para llevar un estilo de vida saludable?*



Sin embargo, la opinión no era tan igualada cuando se les preguntó sobre si les gustaría practicar más deporte, pues un 87% de los individuos señalaron que sí querrían hacer más deporte del que practican, frente a un 13% que no (*Gráfico 6*).

Gráfico 6. ¿Te gustaría practicar más deporte?



A los individuos integrantes de ese 87% que señalaron que les gustaría practicar más deporte (174 individuos), fueron a los que se les preguntó acerca de los motivos por los cuales no hacían tanto deporte como querrían, con el fin de identificar las principales barreras hacia el deporte.

#### 4.2.2. Barreras para la práctica deportiva

Entre todos los motivos que se ofreció a los encuestados para que indicaran por qué no practican tanto deporte como les gustaría, destaca la razón de “porque los estudios/trabajo me exigen demasiado”, nombrada por un 28,2% y situándose como el principal motivo. El segundo motivo, seleccionado por un 18,4%, es el de “por falta de tiempo libre”. El tercer motivo que los encuestados eligieron como el más relevante para no practicar deporte es “por falta de instalaciones deportivas adecuadas o cercanas al domicilio”, señalado por el 12,1%, al igual que “por falta de interés”.

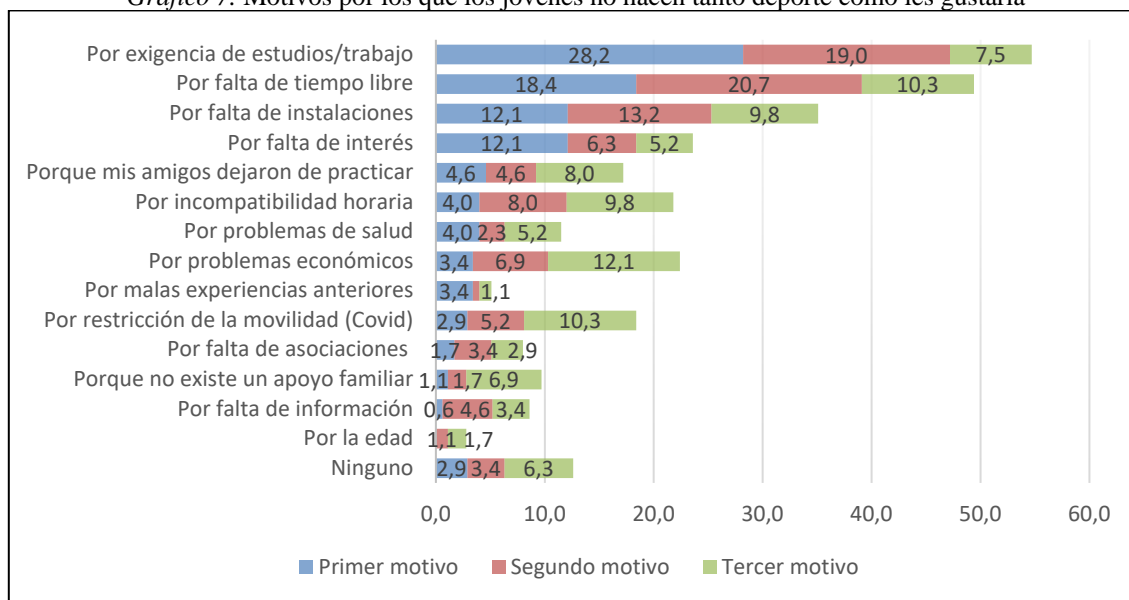
Para analizar esta información de manera más eficiente, se presenta una tabla (*Gráfico 7*) en la que se muestran todos los motivos con la frecuencia total que fue elegido cada uno, ya fuera como primer, segundo o tercer motivo. De esta manera, podremos conocer cuáles son los más relevantes para la población objeto de estudio.

Este gráfico permite comprobar que las opciones que fueron seleccionadas como “primer motivo por el que no practican tanto deporte como les gustaría” guarda mucha relación con el peso de dicha variable. Así, además de las tres principales barreras para la práctica deportiva mencionadas anteriormente: exigencia de los estudios/trabajo, elegida por un 54,7% de la población de estudio; la falta de tiempo libre, con un 49,4%; y la ausencia de instalaciones cercanas al domicilio, con un 35,1%; destacan la falta de interés, la incompatibilidad con los horarios ofertados y los problemas económicos, que con un 23,6%, un 21,8% y un 22,4% respectivamente son los siguientes motivos más elegidos.



La razón de “por restricción de la movilidad fruto de la pandemia” también merece mención especial pues, pese a no haber sido elegido como el motivo más importante para la no práctica deportiva, es la séptima en cuanto a peso global con un 18,4%.

Gráfico 7. Motivos por los que los jóvenes no hacen tanto deporte como les gustaría



Para todos estos motivos mencionados anteriormente que la población objeto de estudio considera que son los más importantes para no practicar tanto deporte como les gustaría, se llevará a cabo un análisis de dependencia con las diferentes variables de clasificación que se utilizaron para categorizar la muestra: género, estudios finalizados, situación personal, situación laboral, clase socio-económica y nacionalidad.

- **Exigencia de estudios/trabajo:** Tras realizar los pertinentes análisis estadísticos (ver *Tabla III.1-a* hasta *Tabla III.1-f* en *Anexo III*), en referencia a si consideran que la exigencia de los estudios/trabajo son relevantes a la hora de no practicar deporte, se obtuvo que: este motivo no guardaba relación con ninguna de las variables de clasificación utilizadas salvo con la clase socio-económica (*Tabla III.1-e*). En este aspecto, los resultados señalaron que solo los individuos de clase media no consideran la exigencia de los estudios/trabajo una razón de peso para no practicar deporte. Esto puede deberse a que la posición de las personas pertenecientes a esta clase social, con trabajos/posiciones más estables, les permita realizar deporte tanto como quieran.
- **Falta de tiempo:** En este caso, fueron dos las variables que mostraron tener relación con el hecho de elegir este motivo como una de las mayores barreras para la práctica deportiva (ver *Tabla III.2-a* hasta *Tabla III.2-f* en *Anexo III*). Estos son el género (*Tabla III.2-a*) y la nacionalidad (*Tabla III.2-f*). Respecto al género, se puede concluir

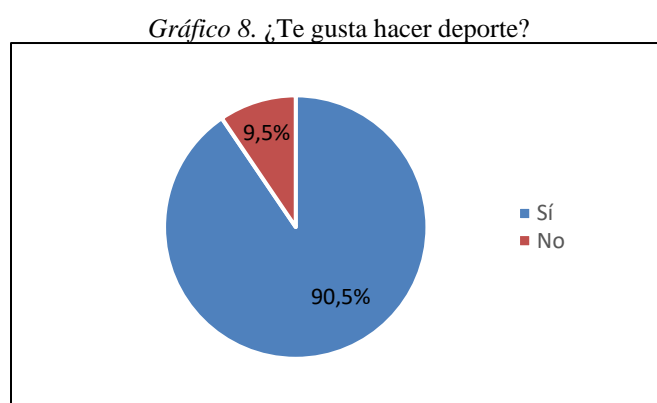
que el porcentaje de mujeres que eligieron este motivo es significativamente mayor que el de los hombres. Del mismo modo, el porcentaje de jóvenes españoles que señalaron esta razón es significativamente mayor que el de los jóvenes rumanos.

- **Falta de instalaciones deportivas adecuadas o cercanas al domicilio:** En lo que se refiere a la ausencia de instalaciones deportivas (ver *Tabla III.3-a* hasta *Tabla III.3-f* en *Anexo III*), también son solo dos las variables que mantienen relación con seleccionar este como uno de los principales motivos para no realizar deporte: el nivel de estudios (*Tabla III.3-b*) y la nacionalidad (*Tabla III.3-f*). El porcentaje de individuos que marcaron esta opción es significativamente mayor en aquellos que poseen el bachillerato y significativamente menor en aquellos con formación profesional y estudios universitarios. Esto puede deberse a las facilidades que tienen los estudiantes universitarios para acceder a instalaciones deportivas que las propias universidades ofertan en sus campus. En cuanto a la nacionalidad, el porcentaje de jóvenes rumanos que identifican esta razón como una de las más importantes, es significativamente mayor que la de los jóvenes españoles. Esto es posible que se deba al gran número de instalaciones deportivas existentes en España que hace que, por cantidad y precio (precios muy competitivos debido a la alta oferta), sea más fácil acceder a este tipo de instalaciones que para los rumanos (menos número de instalaciones y precios más elevados).
- **Problemas económicos:** Existe relación (ver *Tabla III.4-a* hasta *Tabla III.4-f* en *Anexo III*) entre la clase socio-económica del individuo y que señalara este motivo como una de las barreras más importantes que le impiden hacer tanto deporte como le gustaría (*Tabla III.4-e*). Como era de esperar, el porcentaje de individuos pertenecientes a la clase baja es significativamente mayor al del resto de grupos.
- **Incompatibilidad de los horarios:** El análisis de los datos (ver *Tabla III.6-a* hasta *Tabla III.6-f* en *Anexo III*) revela que existe relación en considerar la incompatibilidad de los horarios que se ofertan para las prácticas deportivas como una de las principales razones para no hacer deporte, con la situación laboral del individuo (*Tabla III.6-d*). Los resultados muestran que para aquellas personas que trabajan, este motivo es significativamente más importante que para el resto de individuos, igualmente que, para los estudiantes, lo es menos. Esto tiene sentido, ya que para una persona que trabaja, es más difícil encontrar tiempo para compatibilizar trabajo y deporte que para una persona que para un estudiante sin excesivas obligaciones y horarios más flexibles.

- Por último, las razones “**falta de interés**” y “**por restricción de la movilidad resultado de la pandemia**”, no resultaron estadísticamente significativas, tal y como se puede ver en las *Tabla III.5-a* hasta *Tabla III.5-f* para la primera, y *Tabla III.7-a* hasta *Tabla III.7-f* para la segunda de ellas.

#### 4.2.3. Preferencias en la práctica deportiva

El segundo objetivo del estudio estaba relacionado con la predilección de los jóvenes por las diferentes actividades deportivas. Por esto, a modo de pregunta introductoria al tema, a los encuestados se les preguntó si les gustaba el deporte. Como se puede observar en el *Gráfico 8*, el 90,5% de la muestra declaró que sí.



Esta pregunta sirvió también como filtro, y a aquellos que respondieron que sí les gustaba el deporte, se les preguntó por sus preferencias en la práctica deportiva para algunos aspectos en concreto, como son por el espacio en el que llevar a cabo la práctica deportiva, si preferían deportes individuales o colectivos, y si preferían practicar deporte por diversión o para competir. En lo que concierne al lugar donde realizar deporte, los resultados muestran que los jóvenes sienten predilección por los deportes de exterior, ya que un 60,5% de los encuestados seleccionaron esta opción (*Gráfico 9*). Además, al analizar si estos resultados guardan relación con las variables de clasificación (ver *Tabla IV.1-a* hasta *Tabla IV.1-f* en *Anexo IV*), se reveló que esta variable sí la tiene con el género (*Tabla IV.1-a*) y el nivel de ingresos del individuo (*Tabla IV.1-e*). A este respecto, aunque ambos sexos prefieren los deportes de exterior, los hombres muestran una predilección más significativa por estos que las mujeres, que se mantienen más equilibradas en su decisión (*Gráfico 10*). En cuanto al nivel de ingresos, aquellos con rentas más bajas (clases baja y media-baja) mostraron clara preferencia por los deportes de exterior, en contrapartida a aquellos con rentas más elevadas (clase media-alta) que prefieren los de interior (*Gráfico 11*). Esto parece lógico al pensar en las dificultades económicas que

puede conllevar pagar un abono o la entrada a instalaciones deportivas privadas para aquellos con menos poder adquisitivo. Pese a lo dicho, también se aprecia como la clase con más poder siente predilección por los espacios abiertos, si bien la razón, más allá de económica como en el caso anterior, puede deberse a una componente social y de estatus.

Gráfico 9. *Por qué tipo de deportes sientes preferencia*

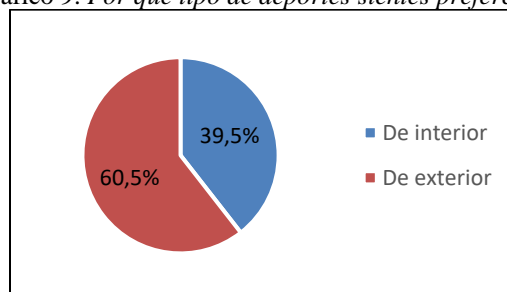


Gráfico 10. *Preferencia lugar donde hacer deporte según género*

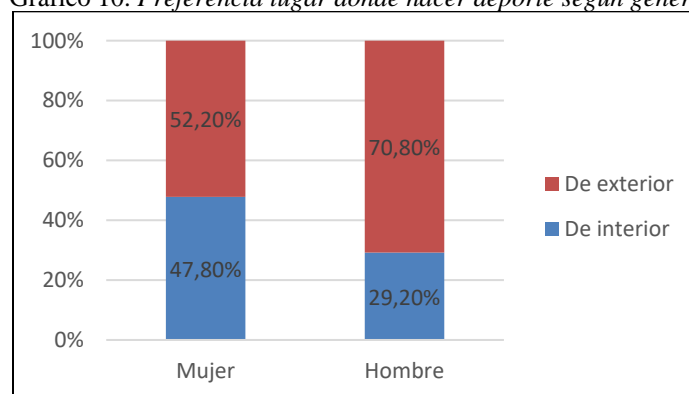
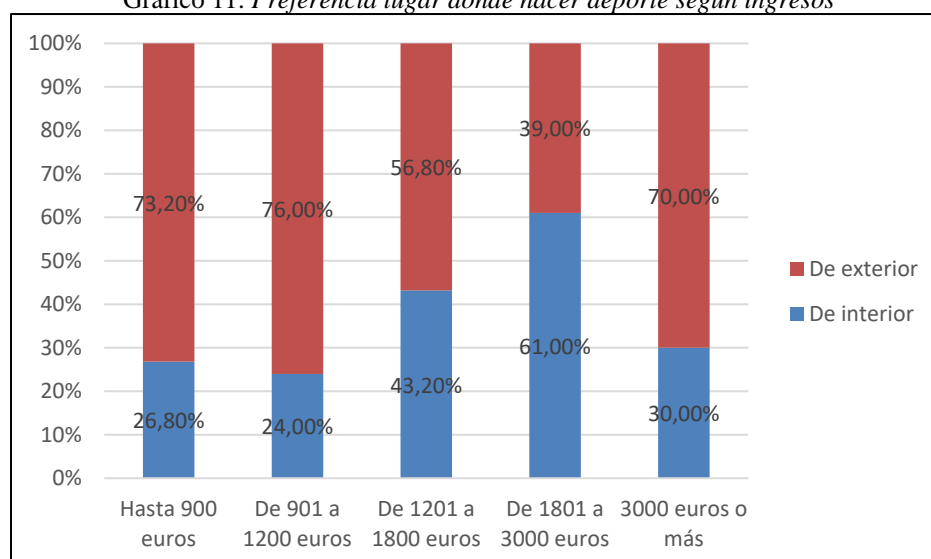


Gráfico 11. *Preferencia lugar donde hacer deporte según ingresos*



En lo que se refiere a realizar deportes de manera individual o en grupo, los resultados no muestran una clara preferencia por ninguno de ellos (*Gráfico 12*). Sin embargo, el análisis cruzado (ver *Tabla IV.2-a* hasta *Tabla IV.2-f* en *Anexo IV*) revela una correlación por género (*Tabla IV.2-a*) en la que las mujeres sienten predilección por los deportes individuales y los hombres por los colectivos (*Gráfico 13*).

Gráfico 12. Preferencia deportes individuales o colectivos

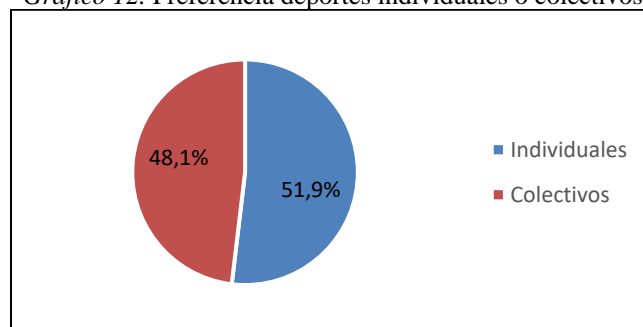
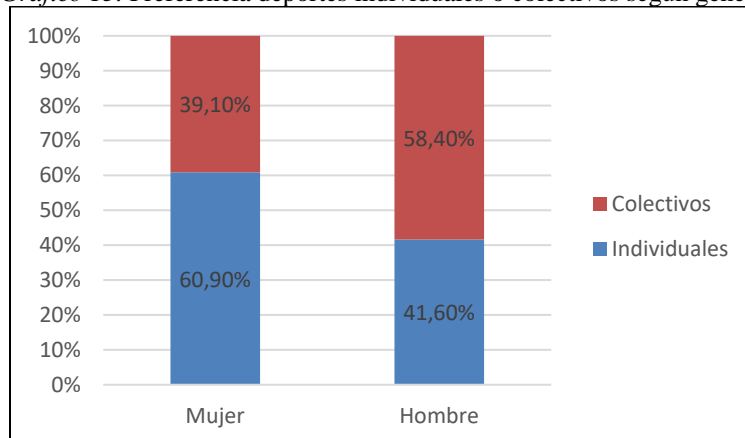
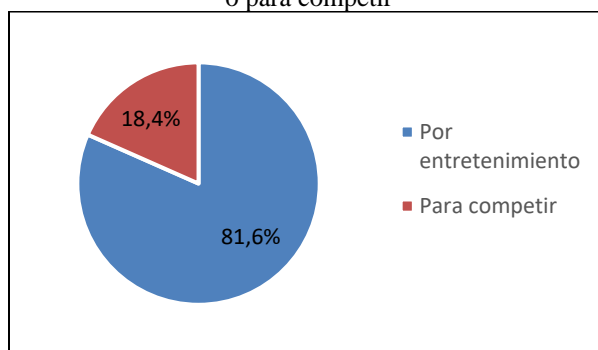


Gráfico 13. Preferencia deportes individuales o colectivos según género



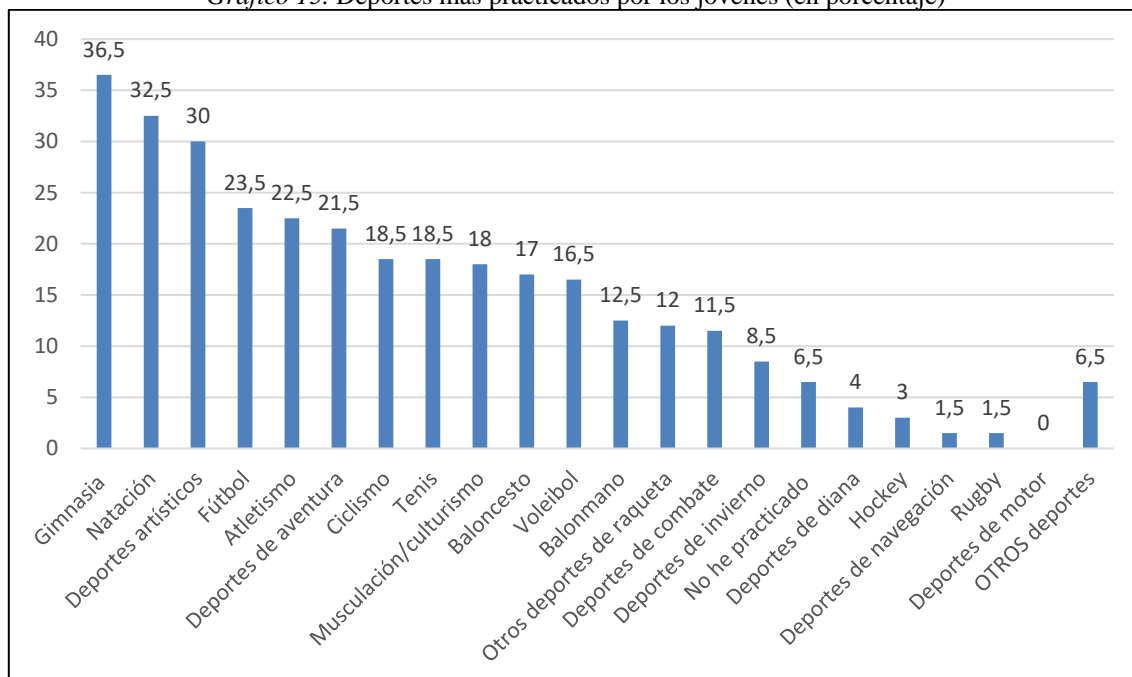
Por último, los encuestados muestran una clara predilección por practicar deporte por diversión. El Gráfico 14 revela como el 81,6% de la muestra seleccionó esta opción en detrimento del 18,4% que eligió “para competir”.

Gráfico 14. Preferencia deporte por entretenimiento o para competir



Otro de los objetivos dentro del análisis de las preferencias de los jóvenes en la práctica deportiva, era el de identificar los deportes más practicados por estos y descubrir si dependía de los factores socio-demográficos a los que estaban expuestos. El Gráfico 15 muestra el ranking de los deportes que los jóvenes más han practicado de forma regular, es decir, de manera prolongada en el tiempo.

Gráfico 15. Deportes más practicados por los jóvenes (en porcentaje)



Como se aprecia en el gráfico, los deportes más practicados son, en orden, la gimnasia (pilates, spinning, aerobio, calistenia, CrossFit, BodyPump...), la natación, los deportes artísticos (patinaje artístico, danza, natación sincronizada, gimnasia rítmica...) y el fútbol, seguido muy de cerca por el atletismo (carreras a pie, marcha atlética, saltos con pértiga, de longitud, de altura..., lanzamientos de peso, disco, pértiga...) y los deportes de aventura (senderismo, montañismo, escalada, barranquismo, equitación, paintball...). Para estos seis deportes será para los que se realice el correspondiente análisis cruzado con las variables de clasificación (ver *Tabla IV.3-a* hasta *Tabla IV.8-f* en *Anexo IV*), pues hacerlo para todos los deportes haría este trabajo demasiado extenso.

- **Gimnasia:** En la práctica de deportes relacionados con la gimnasia, se encontró que mantenía relación con el género (*Tabla IV.3-a*) y la nacionalidad (*Tabla IV.3-f*) de los participantes. En el caso del género, estos deportes son significativamente más practicados por mujeres (65,8%) que por hombres (34,2%). En cuanto a la nacionalidad, el porcentaje de españoles que practican este deporte es significativamente mayor que el de rumanos.
- **Natación:** El haber practicado natación guarda relación con los ingresos (*Tabla IV.4-e'*) y la nacionalidad (*Tabla IV.4-f*). Según estos criterios, el porcentaje de individuos con las rentas más altas (clase alta) es significativamente mayor al resto, de la misma manera que el porcentaje de aquellos con las rentas más bajas (clase baja y media-baja) es significativamente menor. De este modo, de aquellos que practican natación, el

47,2% son de clase alta y el 23,2% son de clase baja/media-baja. En cuanto a la nacionalidad, la natación es un deporte preferido por los españoles, ya que el 69,2% de los que practicaron este deporte son de España, por un 30,8% de rumanos. Esto puede deberse a que las condiciones en España respecto al clima (más cálido) y las instalaciones son más óptimas para la realización de este deporte que en Rumanía.

- **Deportes artísticos:** Las variables que guardan relación con la práctica de este deporte son el género (*Tabla IV.5-a*), la clase social (*Tabla IV.5-e*) y la nacionalidad (*Tabla IV.5-f*). Como era previsible, por los estándares sociales, este tipo de deportes son más practicados por mujeres (68,3%), que por hombres (31,7%). Además, es un deporte en el que el porcentaje de individuos con un poder adquisitivo alto (clase media-alta/alta) es significativamente mayor al resto, igual que el de personas de clase baja es significativamente menor. Esto es posible que sea debido a los gastos asociados a la práctica de este deporte (material, acceso a instalaciones especializadas, entrenador...). Por último, la nacionalidad, aunque repartida, la distribución de practicantes de estos deportes se decanta del lado de los españoles, con un 61,3%. Esto puede deberse a un motivo similar que el anterior ya que, en general, el poder adquisitivo de los españoles y la accesibilidad a instalaciones especializadas es mayor que el de los rumanos.
- **Fútbol:** En la práctica del fútbol, solo se detecta relación con una de las variables de clasificación. Esta es el género (*Tabla IV.6-a*). Como en el caso de los deportes artísticos, la práctica de este tiene vinculado un estigma social en el que sus participantes suelen ser, mayoritariamente, hombres. Así es el caso de la muestra, en la que los hombres, con un 76,6% con los que más practican este deporte.
- **Atletismo:** La práctica de atletismo en jóvenes guarda relación con el nivel de estudios (*Tabla IV.7-b'*) y el de ingresos (*Tabla IV.7-e*). En este sentido, el porcentaje de personas que poseen un grado universitario y con un alto nivel ingresos (3000€o más) que practican este deporte es significativamente mayor al resto.
- **Deportes de aventura:** La práctica de este tipo de deportes solo muestra relación con la situación laboral (*Tabla IV.8-d''*). El porcentaje de su práctica en estudiantes (ya sea que solo estudien o que estudien y trabajen a la vez) es significativamente mayor que el de parados y trabajadores. Esto puede deberse a que, para practicarlos, hace falta tiempo libre para ir hasta el lugar donde puedas practicarlos (montaña, río, sendero...).

Aunque ya se ha mencionado que analizar la relación de todos los deportes con todas las variables es un estudio demasiado extenso para el contenido de este trabajo, sí que se analizará la relación que tiene la práctica de cada deporte con la nacionalidad, pues justo este era uno de los objetivos específicos marcados al comienzo del trabajo. De este modo, se analizó si existía relación de la nacionalidad con el haber practicado un determinado deporte. De todos los deportes, se encontró que guardaba relación con la nacionalidad el balonmano, el ciclismo, los deportes artísticos, los deportes de combate o lucha, los deportes de invierno, la gimnasia, la musculación/culturismo, la natación y el voleibol. Para todos ellos se realizó un recuento de cuantos individuos habían practicado estos deportes según su nacionalidad, datos que se recogen en *Tabla 3*. Como se puede comprobar en dicha tabla, vemos que el ciclismo, el voleibol y el balonmano son deportes significativamente más practicados por rumanos, mientras que la práctica de gimnasia, natación, deportes artísticos, musculación/culturismo, deportes de combate y deportes de invierno, es más popular entre los jóvenes españoles.

*Tabla 3.* Porcentaje de población que practica cada deporte según la nacionalidad

	<b>RUMANA</b>	<b>ESPAÑOLA</b>	<b>Total</b>
<b>Gimnasia</b>	39,7%	60,3%	36,5%
<b>Natación</b>	30,8%	69,2%	32,5%
<b>Deportes artísticos</b>	38,3%	61,7%	30,0%
<b>Ciclismo</b>	73,0%	27,0%	18,5%
<b>Musculación/ culturismo</b>	25,0%	75,0%	18,0%
<b>Voleibol</b>	69,7%	30,3%	16,5%
<b>Balonmano</b>	72,0%	28,0%	12,5%
<b>Deportes de combate</b>	30,4%	69,6%	11,5%
<b>Deportes de invierno</b>	23,5%	76,5%	8,5%

#### **4.2.4. Motivaciones para la práctica deportiva**

Con el fin de estudiar las motivaciones que impulsan a los jóvenes a practicar deporte (Objetivo 3 del trabajo), los participantes debían valorar su grado de acuerdo o desacuerdo con 12 afirmaciones que daban respuesta al enunciado “la práctica deportiva sirve para...”. Para facilitar la interpretación de los datos se redujo la información mediante la técnica del análisis factorial (*Anexo V*). Los resultados del análisis factorial permitieron identificar cuatro factores (*Tabla 4*) que explican el 85% de la variabilidad total.

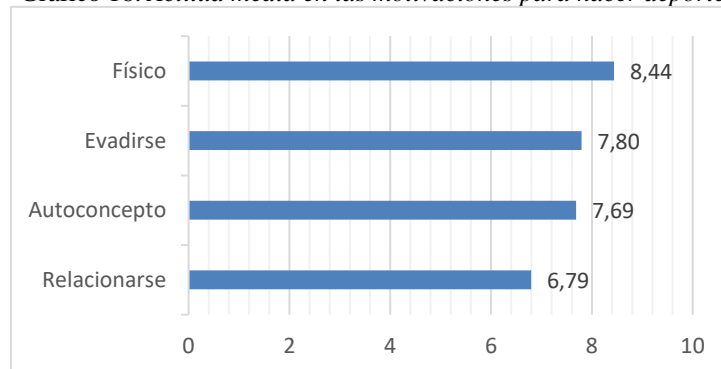


*Tabla 4. Dimensiones de las motivaciones para hacer deporte*

<b>F1: Evadirse</b>	Olvidar las preocupaciones Desahogarse
<b>F2: Autoconcepto</b>	Desarrollar un mejor concepto de uno/a mismo/a Lograr una mayor seguridad en uno/a mismo/a Desarrollar el afán de superación
<b>F3: Físico</b>	Mejorar o mantener la forma física Mejorar o mantener la buena salud
<b>F4: Relacionarse</b>	Relacionarse con los/as demás Hacer nuevas amistades Ayudar mejor a los/as demás (Porque fomenta la cooperación, solidaridad, integración...) Expresarse con libertad Dar salida al afán competitivo

Una vez se han definido los factores, se ha procedido a calcular la puntuación media que los encuestados le han dado a cada uno de ellos (*Gráfico 17*). Analizando los datos se comprueba que el factor al que los participantes le dan más importancia es al del “físico” (mejorar o mantener la buena salud y la forma física). El factor de “evadirse” (olvidar las preocupaciones y desahogarse) es el segundo más valorado, muy igualado con el de “autoconcepto” (desarrollar un mejor concepto de uno/a mismo/a, lograr una mayor seguridad en uno/a mismo/a y desarrollar el afán de superación). Y en último lugar, el factor al que los encuestados le dan menos importancia es el de “relacionarse” (relacionarse con los/as demás, hacer nuevas amistades, ayudar mejor a los/as demás, expresarse con libertad y dar salida al afán competitivo).

*Gráfico 16. Actitud media en las motivaciones para hacer deporte*

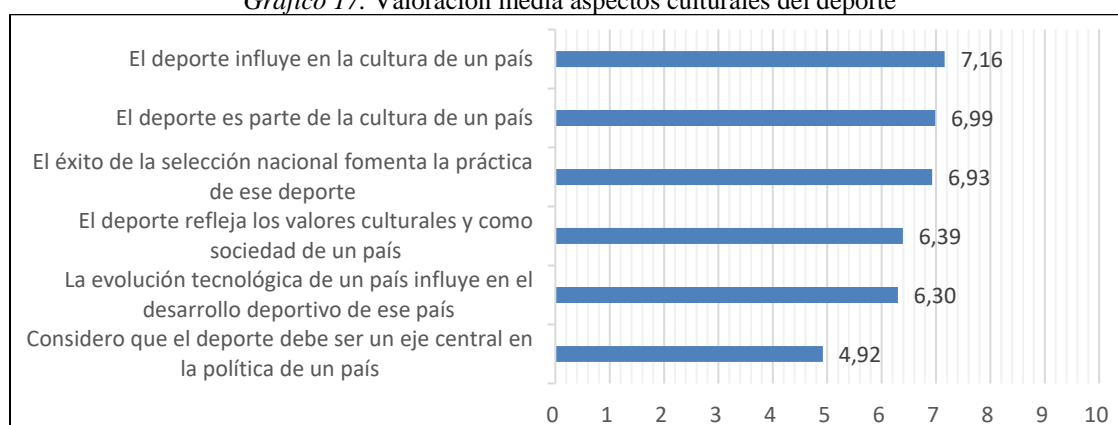


Al realizar el análisis cruzado de los factores con las diferentes variables de clasificación (ver *Tabla V.1* hasta *Tabla V.6*), se comprueba que no existe relación entre ninguna de las combinaciones, por lo que se puede concluir que las motivaciones hacia la práctica deportiva no dependen de los factores socio-demográficos empleados para el estudio.

#### 4.2.5. Deporte y cultura

El último de los objetivos, era el de indagar en la componente cultural del deporte y comprobar si existen cambios significativos en las culturas objeto de estudio, la rumana y la española, que moldeen la práctica deportiva. Para investigar este terreno, se volvió a pedir a los encuestados que valorasen su grado de acuerdo y desacuerdo con una serie de enunciados relacionados con la cultura deportiva. La valoración media que los participantes dieron a cada enunciado queda reflejada en el *Gráfico 18*:

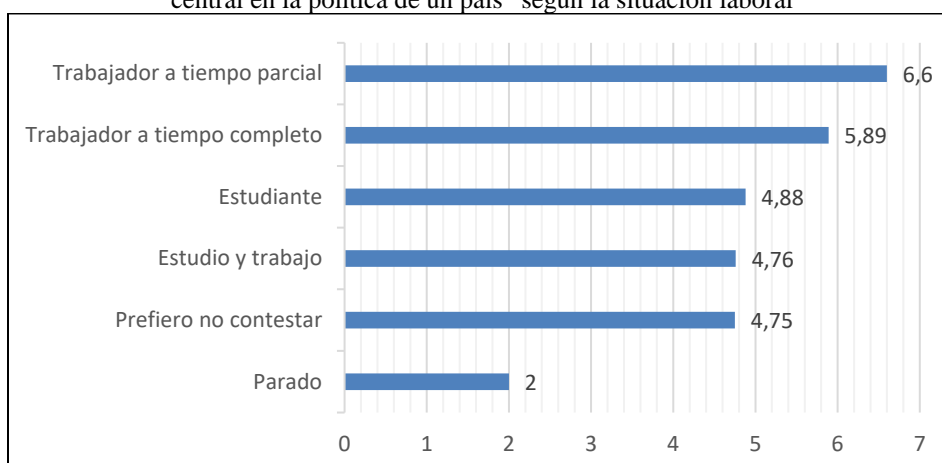
*Gráfico 17. Valoración media aspectos culturales del deporte*



En el gráfico se observa como la condición del deporte como parte del legado cultural de un país y que a la vez influye en la cultura del mismo, queda recogida por la opinión de los encuestados, que dan a ambos enunciados (“el deporte influye en la cultura de un país” y “el deporte es parte de la cultura de un país”) las puntuaciones más altas. Cerca de estas consideraciones, queda la creencia de que los éxitos de la selección nacional en un determinado deporte influyen en la práctica del mismo, poniendo en evidencia la función propagandística del deporte que, debido al tirón mediático que ha adquirido en los últimos años, puede ser utilizado por los gobiernos como conductor de la población hacia un determinado comportamiento de consumo (tanto del propio deporte en sí como de material, eventos...). Por otro lado, con la que los encuestados parecieron estar en mayor desacuerdo fue la de que “el deporte debe ser un eje central en la política de un país”.

Tras realizar los análisis exploratorios correspondientes (*Tabla VI.1* hasta *Tabla VI.6*), se encontró que existía relación entre la valoración que los encuestados otorgaban al enunciado de “considero que el deporte debe ser un eje central en la política de un país”, de manera que la valoración de los individuos en paro fue significativamente más baja que la del resto de grupos (*Gráfico 19*). Esto puede deberse a que la gente en paro es posible que otorgue prioridad a otros aspectos políticos que impacten directamente en su situación antes que al deporte.

*Gráfico 18.* Valoración media al enunciado “considero que el deporte debe ser un eje central en la política de un país” según la situación laboral



## **CAPÍTULO V. CONCLUSIONES**

Después de analizar los resultados obtenidos en la investigación, se procede al apartado de conclusiones, en el que se evaluará la consecución, o no, de los objetivos establecidos al comienzo del estudio.

### **5.1. Conclusiones**

El primero de los objetivos planteados para la realización de este estudio era el análisis de los hábitos con los que los jóvenes enfocan la práctica deportiva. En el capítulo introductorio del presente trabajo, ya se mencionó la importancia de la actividad física y el deporte en la construcción de un estilo de vida saludable, estilo por el que la población joven, como se ha podido comprobar en la realización de este trabajo, se muestra altamente concienciada si se tiene en cuenta que, el 99,5% de los encuestados para la actividad física, y el 81,5% para el deporte, consideran estos factores determinantes para llevar un estilo de vida saludable.

Estos datos concuerdan con los obtenidos al preguntar a los encuestados por la frecuencia (veces por semana) con la que practican deporte, y es que un 28% reconoció que no practica deporte ninguna vez a la semana. Sin embargo, esta cifra queda difuminada por el 72% restante que sí practica deporte asiduamente cada semana. Si lo separamos por veces/semana, este porcentaje se compone por un 44,5% que practica deporte entre 1-3 veces por semana y un 27,5% que lo practica más de 3 veces por semana.

Tras investigar cómo los diferentes factores socio-demográficos influyen en la práctica deportiva, se obtuvieron los resultados de que la frecuencia en la práctica deportiva tiene relación con la nacionalidad y la clase social. Respecto a la nacionalidad, los jóvenes españoles practican más deporte que los rumanos. Y, en cuanto a la clase social, aquellos individuos pertenecientes a las clases más altas, son los que afirman practicar más deporte. Si analizamos estos resultados junto a los obtenidos referentes a las barreras para la práctica deportiva, se pueden extraer algunos datos interesantes:

Cada una de ellas guarda relación con dos de los motivos que los jóvenes indicaron que eran los que más les impedían practicar tanto deporte como les gustaría. La nacionalidad está relacionada con la falta de tiempo y la falta de instalaciones deportivas adecuadas o cercanas al domicilio, de tal modo que la falta de tiempo es más determinante para los españoles y la falta de instalaciones lo es para los rumanos. Respecto al tiempo no podemos sacar conclusiones con evidencias debido al carácter de la investigación

(apartado de *Limitaciones*), pero en lo que respecta a la falta de instalaciones, no resulta descabellado asegurar que para los rumanos es un condicionante más relevante que para los españoles debido al inferior nivel de infraestructuras deportivas, tanto en cantidad como en calidad, existentes en Rumanía en comparación con las de España.

En cuanto a la clase socio-económica, el análisis revela que guarda relación con la exigencia de los estudios/trabajo y los problemas económicos. Los resultados mostraron que haber indicado que las exigencias laborales, o de los estudios, eran poco relevantes para no poder practicar tanto deporte como querría, estaba relacionado con pertenecer a la clase media, y afirmar que los problemas económicos eran de los motivos más importantes lo estaba con ser de clase baja.

El segundo objetivo era el de estudiar la predilección de los jóvenes por las diferentes actividades deportivas, atendiendo también a si su práctica venía condicionada por la nacionalidad del individuo. Gracias a los resultados obtenidos, podemos concluir que los deportes preferidos por los jóvenes son la gimnasia (pilates, spinning, aeróbic, calistenia, CrossFit, BodyPump...), la natación, los deportes artísticos (patinaje artístico, danza, natación sincronizada, gimnasia rítmica...) y el fútbol, seguido muy de cerca por el atletismo (carreras a pie, marcha atlética, saltos con pértiga, de longitud, de altura..., lanzamientos de peso, disco, pértiga...) y los deportes de aventura (senderismo, montañismo, escalada, barranquismo, equitación, paintball...). Y en cuanto a su realización dependiendo de la nacionalidad, los resultados reflejan que la práctica de gimnasia, natación, deportes artísticos, musculación/culturismo, deportes de combate y deportes de invierno es superior en españoles, mientras que el ciclismo, voleibol y balonmano son más practicados por los rumanos.

El tercer objetivo se relacionaba con el estudio de las motivaciones para la práctica deportiva en los jóvenes, analizando si estas guardaban alguna conexión con las variables socio-culturales que se utilizaron para clasificar a la población objeto de estudio. En este punto, aunque se descubrieron factores que categorizaban las diferentes motivaciones para la práctica deportiva, y como los jóvenes valoraban estos factores, no se encontró que existiera ninguna relación entre estos y las variables de clasificación empleadas en la realización de este estudio. Los motivos que los jóvenes consideran que más les impulsan a la práctica deportiva son, en orden, los relacionados con el cuerpo/físico (mejorar o mantener la buena salud y la forma física), los que identifican el deporte como una forma de evadirse (olvidar las preocupaciones y desahogarse), los que permiten mejorar el

autoconcepto propio individual a través del deporte (desarrollar un mejor concepto de uno/a mismo/a, lograr una mayor seguridad en uno/a mismo/a y desarrollar el afán de superación) y los que se relacionan con el carácter relacional del deporte (relacionarse con los/as demás, hacer nuevas amistades, ayudar mejor a los/as demás, expresarse con libertad y dar salida al afán competitivo).

Por último, se quería averiguar si existía una componente cultural del deporte que implicara diferencias significativas en el pensamiento de la población acerca de cómo el deporte influye en la cultura de un país, y viceversa. Los resultados obtenidos mostraron los aspectos dentro de la cultura deportiva a los que los jóvenes le dan más importancia. Estos son que el deporte, tanto influye en la cultura de un país, como es parte de ella, y que el éxito en competiciones internacionales de la selección nacional fomenta la práctica de dicho deporte dentro del país.

## **5.2. Limitaciones y futuras líneas de investigación**

La principal limitación que ha condicionado totalmente la realización de este trabajo fue la propagación del COVID-19 por todo el mundo y las consecuencias producidas, sobre todo, en las relaciones interpersonales. El no haber podido llevar a cabo la investigación a través de técnicas personales, como podrían haber sido la entrevista o el grupo de discusión, ha dificultado enormemente la posibilidad de obtener información de carácter cualitativo. Además, la realización, prácticamente impuesta, a través de encuestas online tiene de por sí una serie de inconvenientes relacionados como es la baja tasa de respuesta, lo cual ha prolongado más de lo esperado la etapa de investigación, al igual que el moderar la longitud y contenido de la encuesta para evitar la fatiga y consiguiente abandono de la misma por parte de los encuestados, lo cual limitó la cantidad de preguntas y, por tanto, de información recogida.

Otra de las limitaciones más importantes que se encontró en la realización del estudio fue la administración de la encuesta online a jóvenes rumanos. Debido a la reducida red de conexiones personales de la que disponía en Rumanía, hacer llegar la encuesta a la cantidad de rumanos necesaria para la realización del estudio fue difícil, al igual que conseguir cierta representatividad de todos los grupos demográficos.

También fue una gran limitación el idioma, ya que, al no dominar el rumano, la encuesta para las personas de Rumanía se administró en inglés y, aunque fuera posible la comunicación y la respuesta por parte de la población rumana, existía cierta barrera en

conseguir información igual de rica de contenido que si se utilizara el idioma materno.

La última limitación significativa que se encontró es la propia extensión del trabajo que, al estar restringido a un número concreto de páginas, limitó la profundidad con la que se realizó el análisis de los datos. De esta limitación surgen algunas de las futuras vías de investigación de las que es susceptible el trabajo, como el hecho de no limitarse al estudio de las motivaciones para la práctica deportiva, sino de todos los factores que la determinan (factores ambientales, cognitivos, psicológicos...).

Con una mayor cantidad de recursos (personales y económicos), la investigación podría hacerse a mayor escala y centrarse, no solo en la población de dos países, sino de todo continente europeo, o del mundo. Esto permitiría alcanzar una visión más global del tema de la práctica deportiva que se encuentra moderadamente obsoleto y estancado.

## BIBLIOGRAFÍA

- Anderssen, N., & Wold, B. (Diciembre de 1992). Parental and peer influences on leisure-time physical activity in young adolescents. *Research quarterly for exercise and sport*, 63(4), 341-348. doi:10.1080/02701367.1992.10608754
- Antonuccio, J. P. (2019). *Cultura Deportiva: Características y Elementos*. Obtenido de <https://www.lifeder.com/cultura-deportiva/>
- Bauman, A. E., Reis, R. S., Sallis, J. F., Wells, J. C., Loos, R. J., & Martin, B. W. (Julio de 2012). Correlates of physical activity: why are some people physically active and others not? *The Lancet*, 380(9838), 258-271. doi:[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)60735-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)60735-1)
- Bauman, A. E., Sallis, J. F., Dzewaltowski, D. A., & Owen, N. (Agosto de 2002). Toward a better understanding of the influences on physical activity: The role of determinants, correlates, causal variables, mediators, moderators, and confounders. *American Journal of Preventive Medicine*, 23(2S), 5-14. doi:[https://doi.org/10.1016/S0749-3797\(02\)00469-5](https://doi.org/10.1016/S0749-3797(02)00469-5)
- Castillo, E., & Sáenz-López, P. (2007). Hábitos relacionados con la práctica de actividad física de las alumnas de la Universidad de Huelva a través de historias de vida. *Profesorado. Revista de currículo y formación del profesorado*, 11(2), 1-18. Obtenido de <http://www.ugr.es/~recfpro/rev112ART7.pdf>
- Castillo, I., Balaguer, I., & García-Merita, M. (2007). Efecto de la práctica de la actividad física y de la participación deportiva sobre el estilo de vida saludable en la adolescencia en función del género. *Revista de Psicología del Deporte*, 16(2), 201-210.
- Comisión Europea. (2011). *COMUNICACIÓN DE LA COMISIÓN AL PARLAMENTO EUROPEO, AL CONSEJO, AL COMITÉ ECONÓMICO Y SOCIAL EUROPEO Y AL COMITÉ DE LAS REGIONES. Desarrollo de la dimensión europea en el deporte*. Bruselas.
- Comisión Europea. (2017). *Special Eurobarometer 472- "Sport and physical activity"*. Unión Europea. doi:10.2766/483047
- Cornejo, M., Mellado, K., & Melgarejo, P. (2000). *Las políticas públicas y su relación con el desarrollo de la actividad físico-deportiva: el caso de la Comuna de San Pedro de La Paz (VIII Región del Bío-Bío)*. Buenos Aires: Ediciones CLACSO: Alabarcas, P.(comp.): Peligro de gol. Estudios sobre deporte y sociedad en América Latina. Obtenido de <http://168.96.200.17/ar/libros/deporte/5.pdf>
- Davison, K. K., & Lawson, C. T. (Julio de 2006). Do attributes in the physical environment influence children's physical activity? A review of the literature. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 3(19). doi:<https://doi.org/10.1186/1479-5868-3-19>
- Deci, E., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior* (1 ed.). Springer US. doi:10.1007/978-1-4899-2271-7
- Ding, D., Sallis, J. F., Kerr, J., Lee, S., & Rosenberg, D. E. (2011). Neighborhood environment and physical activity among youth: a review. *American journal of preventive medicine*, 41(4), 442-455. doi:10.1016/j.amepre.2011.06.036
- Dragnea, A., Bota, A., Teodorescu, S., Stănescu, M., Șerbănoiu, S., & Tudor, V. (2006). *Educație fizică și sport. Teorie și didactică*. (G. Straton, Ed.) Bucarest: FEST.
- Fernández, E. (2007). Barreras para la práctica deportiva de las mujeres españolas durante la infancia y la juventud. *ADOZ. Revista de Estudios de Ocio*(31), 49-57.
- Gabriele, J. M., Walker, M. S., Gill, D. L., Harber, K. D., & Fisher, E. B. (2005). Differentiated Roles of Social Encouragement and Social Constraint on Physical Activity Behavior. *Annals of Behavioral Medicine*, 29(3), 210-215.



- doi:[https://doi.org/10.1207/s15324796abm2903\\_7](https://doi.org/10.1207/s15324796abm2903_7)
- García Ferrando, M., & Llopis Goig, R. (2011). *Ideal democrático y bienestar personal. Encuesta sobre los hábitos deportivos en España 2010*. Centro Superior de Deporte y Centro de Investigaciones Sociológicas, Madrid.
- García, J. (2019). Deporte y economía: una relación peculiar, creativa y beneficiosa para ambas partes. En *Papeles de economía española* (Vol. 159, págs. 2-11). Madrid: Funcas.
- Gray, L., & Leyland, A. H. (August de 2008). Overweight status and psychological well-being in adolescent boys and girls: a multilevel analysis. *The European Journal of Public Health*, 18(6), 616-21.
- Harter, S. (1981). A model of competence motivation in the mastery motivation in children: Individual differences and developmental change. *Minnesota Symposium on Child Psychology*. 14, págs. 215-255. Collins.
- Hohepa, M., Scragg, R., Schofield, G., Kolt, G. S., & Schaaf, D. (8 de Noviembre de 2007). Social support for youth physical activity: Importance of siblings, parents, friends and school support across a segmented school day. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 4(54). doi:10.1186/1479-5868-4-54
- INE. (2020). Obtenido de <https://www.ine.es/jaxiT3/Datos.htm?t=31304#!tabs-tabla>
- INS. (2019). *insse.ro*. Obtenido de [https://insse.ro/cms/sites/default/files/com\\_presa/com\\_pdf/poprez\\_ian2019e.pdf](https://insse.ro/cms/sites/default/files/com_presa/com_pdf/poprez_ian2019e.pdf)
- INS. (25 de Abril de 2019). *Populatia dupa domiciliu*. Obtenido de [www.insse.ro/cms/ro/content/populatia-dupa-domiciliu-la-1-ianuarie-2019](http://www.insse.ro/cms/ro/content/populatia-dupa-domiciliu-la-1-ianuarie-2019)
- Jiménez, M. G., Martínez, P., Miró, E., & Sánchez, A. I. (Enero de 2008). Bienestar psicológico y hábitos saludables: ¿están asociados a la práctica de ejercicio físico? *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 8(1), 185-202.
- Koenenman, M. A., Verheijden, M. W., Chinapaw, M. J., & Hopman-Rock, M. (28 de Diciembre de 2011). Determinants of Physical Activity and Exercise in Healthy Older Adults: A Systematic Review. *The international journal of behavioral nutrition and physical activity*, 8(142). doi:10.1186/1479-5868-8-142
- Lera López, F., & Lizalde-Gil, E. (2013). Spain. En K. Hallmann, & K. M. Petry, *Comparative Sport Development* (págs. 149-166). New York, NY: Springer.
- Lera López, F., & Suárez Fernández, M. (2019). Práctica deportiva y políticas públicas en el deporte en España. En *Papeles de Economía Española* (Vol. 159, págs. 226-240). Madrid: Funcas.
- Levi-Strauss, C. (1958). *Antropología estructural*. Buenos Aires: Eudeba.
- MECD. (2015). *Encuesta de Hábitos Deportivos en España 2015*. Obtenido de <http://www.culturaydeporte.gob.es/dam/jcr:cd14bedb-feb2-49ea-a433-2565a48d5898/encuesta-de-habitos-deportivos-2015-sintesis-de-resultados.pdf>
- Mingione, E. (1996). Urban poverty in the advanced industrial world: Concepts, analysis and debates. En E. Mingione, *Urban Poverty and the Underclass: A reader* (págs. 3-40). Oxford-Cambridge, Mas., Wiley-Blackwell.
- Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. (2015). *Anuario de Estadísticas Deportivas 2015*. Madrid, Consejo Superior de Deportes. Obtenido de [http://www.mecd.gob.es/dms/mecd/servicios-al-ciudadano-mecd/estadisticas/deporte/anuario-deporte/Anuario\\_de\\_Estadisticas\\_Deportivas\\_2015.pdf](http://www.mecd.gob.es/dms/mecd/servicios-al-ciudadano-mecd/estadisticas/deporte/anuario-deporte/Anuario_de_Estadisticas_Deportivas_2015.pdf)
- Ministerului Tineretului și Sportului. (2016). *Strategia de dezvoltare a sportului în România. Perioada 2016-2032*. Bucarest.
- Monteagudo, M. J. (2016). El apoyo social de familia y amistades como factores determinantes de las prácticas deportivas juveniles. *Lúdica Pedagógica*(23), 9-18.

- Nicholls, J. G. (1984). Achievement motivation: Conceptions of ability, subjective experience, task choice, and performance. *Psychological Review*, 91(3), 328-346. doi:<https://doi.org/10.1037/0033-295X.91.3.328>
- Ntoumanis, N., Vazou, S., & Duda, J. L. (2007). Peer-created motivational climate. *Social Psychology in Sport, Human Kinetics*, 145-156.
- OMS. (2020). OMS. Obtenido de <https://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/es/>
- Orepic, P., Sorić, M., Mikulic, P., & Ruzic, L. (Enero de 2014). Acute physiological responses to recreational in-line skating in young adults. *European Journal Of Sport Science*, 14, 25-31.
- Organización Mundial de la Salud. (2010). *Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud*.
- Paredes Ortiz, J. (Julio de 2003). Desde la corporeidad a la cultura. *efdeportes.com/ Revista Digital*(62). Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd62/corpo.htm>
- Pavón, A. I. (2004). *Motivaciones e intereses de los universitarios murcianos hacia la práctica físico-deportiva*. Tesis doctoral no publicada, Universidad de Murcia, Murcia. Obtenido de <https://www.tdx.cat/handle/10803/10790#page=1>
- Pérez Flores, A. M., & Muñoz Sánchez, V. M. (2018). Deporte, cultura y sociedad: un estado actual de la cuestión. *Revista de humanidades*(34), 11-38.
- Péter, L. (2020). The Romanian sport system. Paths to commercialisation. En E. Rojo-Labaien, Á. Rodríguez Díaz, & J. Rookwood (Edits.), *Sport, Statehood and Transition in Europe: Comparative perspectives from post-Soviet and post-socialist societies* (Primera ed., págs. 77-95). Londres: Routledge. doi:<https://doi.org/10.4324/9780429325847>
- Piéron, M. (10 de Noviembre de 2014). *ResearchGate*. Obtenido de Factores determinantes en la inactividad físico-deportiva en jóvenes y adolescentes: [https://www.researchgate.net/publication/266492645\\_Factores\\_determinantes\\_en\\_la\\_inactividad\\_fisico-deportiva\\_en\\_jovenes\\_y\\_adolescentes](https://www.researchgate.net/publication/266492645_Factores_determinantes_en_la_inactividad_fisico-deportiva_en_jovenes_y_adolescentes)
- Pimienta Lastra, R. (2000). Encuestas probabilísticas vs. no probabilísticas. *Política y Cultura*(13), 263-276. Recuperado el 23 de julio de 2020, de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=267/26701313>
- Ponce-de-León Elizondo, A., & Sanz Arazuri, E. (2014). Predictores de la actividad física de tiempo libre en una población universitaria española. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, 24, 183-197.
- RTVE.ES. (Agosto de 2019). *rtve.es*. Recuperado el 23 de Julio de 2020, de <https://www.rtve.es/noticias/20190807/dia-internacional-juventud-hasta-cuando-somos-jovenes/1976765.shtml#:~:text=El%20organismo%20considera%20a%20los,un%20desaf%C3%ADo%20para%20la%20sociedad.> doi:10.1146/annurev.publhealth.27.021405.102100
- Sánchez Buñuelos, F., Mendizábal, S., & Velasco, M. (2000). Diseño y validación de una escala para la medición de la utilidad percibida de la práctica del deporte. *Infocoes*, IV(2), 3-23.
- Sánchez Fernández, B. (2015). *Tendencias Fitness: consumo de productos para la imagen personal*. Universidad de Sevilla, Departamento de Comunicación Audiovisual, Publicidad y Literatura.
- Sanz, E., Ponce de León, A., & Valdemoros, M. Á. (Marzo de 2012). Parental predictors of physical inactivity in spanish adolescents. *Journal of Sports Science and Medicine*, 11(1), 95-101.
- Sierra Bravo, R. (2006). *Tesis doctorales y trabajos de investigación científica: Metodología general para su elaboración y documentación*. Madrid, España:

- Thompson, Paraninfo.
- Sierra Rodríguez, J. (2010). *Juventud y Salud: hábitos saludables, percepción de los servicios sanitarios y vida sexual de la población joven*. Murcia: Instituto de la Juventud de la Región de Murcia.
- Vagetti, G. C., Barbosa Filho, V. C., Moreira, N. B., de Oliveira, V., Mazzardo, O., & de Campos, W. (2014). Association between physical activity and quality of life in the elderly: a systematic review, 2000-2012. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 36(1), 76-88.
- Van Stralen, M. M., De Bries, H., Mudde, A. N., Bolman, C., & Lechner, L. (2009). Determinants of initiation and maintenance of physical activity among older adults: a literature review. *Health Psychology Review*, 3(2), 147-207.  
doi:10.1080/17437190903229462
- Verdejo, D. M. (2002). Deporte: cultura y contracultura. Un estudio a través del modelo de los horizontes deportivos culturales. *Apunts. Educación física y deporte*(67), 6-16.

Los Anexos del presente trabajo pueden consultarse a través del siguiente enlace:

[https://drive.google.com/file/d/1UjE3g4eFg\\_5SWO7noVcNyGE0auCxUvVy/view?usp=sharing](https://drive.google.com/file/d/1UjE3g4eFg_5SWO7noVcNyGE0auCxUvVy/view?usp=sharing)